



エアロビクスダンスで運動不足を解消しましょう

平成23年度リズム&フィットネス教室、ナイターフィットネス教室前期参加者募集

エアロビクスダンスで日頃の運動不足を解消しましょう。

対象 18歳以上の市民
とき 4月11日(月)～8月29日(月) 毎週月曜日

※第1月曜日、祝日を除く。

▼リズム&フィットネス
午後2時～3時30分

▼ナイターフィットネス
午後7時～8時30分

ところ 市総合体育センター

定員 各50人(先着順)

費用 2000円(保険料1600円、参加料400円)

申込期間 3月24日(木)～4月7日(木)
午前9時～午後8時
(日曜日は午後5時まで)

■参加料など持参の上、市総合体育センターへ ☎ 5555

十和田市少年少女発明クラブ員募集
対象・活動内容

▼ドリウム班 小学2年・3年生
東公民館20人 南公民館30人
紙工作・科学工作(動くおもちゃ作り)など

▼エンジン班 小学4年生～中学3年生
南公民館50人
木工、電気工作、ロボット製作など

活動日時 主に日曜日(月2回)
午前9時～正午

活動場所 南公民館・東公民館

申し込み方法 3月22日(火)から4月2日(土)までに南公民館または東公民館へ

■市少年少女発明クラブ指導員募集

指導日 主に日曜日
午前9時～正午 年に4～5回
報酬 1回3500円

■南公民館 ☎ 4416
東公民館 ☎ 9000

フラダンス無料体験教室参加者募集
初心者には基本ステップから指導します。

とき 3月8日(火)・15日(火)
午後1時15分～2時
午後7時～7時45分

ところ 市民文化センター

持ち物 ソックス

■ピリアロハ オ フラ・立崎 ☎ 6404

「ふれあい・いきいきサロン事業」新規取り組み地域の募集

高齢者や協力者が地域の集会所などに集まり、仲間づくりや健康増進、閉じこもり防止などを目的とした「サロン」を実施する小地域(町内会単位や集会所利用単位など)を募集します。

募集地域 2地域

※申請書類提出後に審査を行い、実施地域を決定します。

助成額 年額25000円

70000円を3年間助成

募集期間 3月7日(月)～4月6日(水)

■市社会福祉協議会 ☎ 2992

催し

子宮頸がん予防ワクチンについての講演会

子宮頸がんとはどんな病気なのか、予防ワクチンの効果・助成について学びます。

とき 3月11日(金) 午後1時～3時

ところ 中央公民館

■康推進課保健師
3月8日(火)までにI女性会議・高森へ ☎ 1519

輪になって軽体操を楽しむ参加者

【有料広告欄】 「広報とわだ」に広告を掲載しませんか。申し込み先 総務課広報男女参画係 ☎ 6702

馬の動物園

スミマセン、本当の事を言います

実は、どなたでも楽しめる**馬の動物園**なんです

入場 無料

見学 自由

ふれあい OK!

初心者 OK!

いつでも OK!

リアルメリーゴーランド

◎みんなで憧れの乗馬体験にチャレンジ! 馬上からの視界はまるで別世界! 小さい頃に乘ったメリーゴーランドさながら本物のウマでの感動の瞬間。

ホップステップライディング

◎手綱操作を覚えて乗馬技術をステップアップ! インストラクターの指導のもと、馬を操る「乗馬の醍醐味」をかいまみることができます。

100頭のウマと遊ぼう!!

十和田乗馬倶楽部

<http://www.jtng.com/thrc/>

十和田市三本木字佐井幅115-5

TEL. (0176)26-2945 thrc@jtng.com

09:00～17:00 火曜定休