

1 リフレッシュスポーツ教室第1期

とき 4月13日～7月13日までの毎週水曜日（5月4日、6月22日・29日を除く）全11回
 ①午前10時～正午
 ②午後1時30分～3時30分
 ところ 総合体育センター メインアリーナほか
 内容 各種軽スポーツ
 定員 ①、②各20人（先着順）
 申し込み受付開始 3月15日（火）～

2 フィットネス教室（前期）

とき 4月18日～9月26日までの毎週月曜日（毎月第1月曜日と休日、6月20日、8月8日・15日を除く）全14回
 ①リズム＆フィットネス
 午後2時～3時30分
 ②ナイターフィットネス
 午後7時～8時30分
 ところ 総合体育センター サブアリーナ
 内容 エアロビクス
 定員 ①、②各30人（先着順）
 申し込み受付開始 3月10日（木）～
 持ち物 ヨガマット

◆1、2 いずれも

対象 18歳以上の市民
 費用 ▶65歳未満 2,500円 ▶65歳以上 1,800円（保険料を含む）
 申し込み方法 参加料持参の上、申し込みください（1は電話や代理での申し込みはできません）。
 申込時間 午前9時～午後8時（休日は午後4時まで）
 申問 総合体育センター ☎⑤ 5555



催

し

称徳館「バックヤード展」(後期・春)

称徳館所蔵資料の中から、常設展示していない資料を選び展示します。
 とき 3月1日（火）～4月17日（日）
 午前9時～午後4時
 ところ 馬事公苑称徳館
 費用 310円（常設展示の観覧料を含む）
 申問 馬事公苑称徳館 ☎⑥ 2100

①第38回十和田市発明工夫展、 ②第57回十和田市児童生徒発明くふう展

とき 3月12日（土）午後1時～6時
 13日（日）午前9時～午後5時
 ところ 南コミュニティセンター
 申問 ①市発明協会事務局（商工観光課内）☎⑤ 6773
 ②南コミュニティセンター ☎② 4416

2022 国際女性デーを祝うつどい ～女性が輝くために～

女性たちの歩んできた道のり、進学・就職・結婚・出産は何を思い決めたのでしょうか。日本女性の地位・権利が世界の中で驚くほど低いのはなぜか。戦前、戦後の憲法から考えます。
 とき 3月6日（日）午後2時～4時
 ところ 市民文化センター
 定員 40人
 ※会場に直接お越しください。
 申問 I 女性会議・高森 ☎② 1519



市民の広場

市民の皆さんが行う催しの紹介、サークルなどの会員募集のコーナーです。
費用の記載がないものは無料です。掲載希望の団体、サークルの人は市ホームページをご覧ください。

スノーシュー参加者募集

冬場の運動不足解消のため、葛沼や十和田湖（敢湖台）をスノーシュー（西洋かんじき）を履いて歩きましょう。

①葛沼スノーシュー

とき 3月6日（日）午前9時～正午
 集合場所 葛沼温泉駐車場
 対象 5キロの雪道を歩ける人
 申込期限 3月3日（木）午後6時
 ※休憩を取りながら2時間半程度歩きます。

②十和田湖敢湖台スノーシュー

とき 3月13日（日）
 午前9時～午後3時
 集合場所 奥入瀬溪流館駐車場
 対象 10キロの雪道を歩ける人
 申込期限 3月10日（木）午後6時
 ※休憩を取りながら5時間程度歩きます。

◆①、② いずれも

費用 500円（保険代）
 ※現地で徴収します。
 ※レンタルスノーシュー・ストックを希望する人は、700円で貸し出しします。（5セット限り）
 持ち物 スノーシュー、ハイキングシューズ（長靴）、マスク、帽子、手袋、タオル、飲み物、甘い物
 （②に参加の人は昼食）
 申問 どんぐりの森山楽校・小川 ☎090-9037-4701

【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 ☎⑤ 6702