

シルバー人材センター入会説明会 日5月11日(休) 9時30分、25日(休) 13時30分 所労働福祉センター 申詳シルバー人材センター TEL(35)1700

# 催し・講座

## 「ウトナイ湖野生鳥獣保護センター」

①お気軽ガイドウォーク・アウトナイ湖

日5月14日(日) 10時30分～11時30分

定10人程度 直接会場へ

②毛糸のポンポンでキビタキを作ろう～

ちよいむず～

日5月20日(土) ①11時 ②14時

定各4人 申し込み順

③アイロンビーズで野鳥を作ろう～夏鳥

編～

日5月27日(土) ①11時 ②14時

定各4組(1組2作品) 申し込み順

④救護室バックヤードツアー

日6月3日(土) 11時～11時40分

定10人 申し込み順

対①③④小学生以下は保護者同伴 ②高

校生以上

所申詳②5月3日(水)～19日(金) ③5月6

日(土)～26日(金) ④5月13日(土)～6月2日

(金)に電話でウトナイ湖野生鳥獣保護セ

ンター TEL(58)2231

日5月19日～6月30日 毎週金曜日 16時30分～17時30分 対小学生

因走る、投げる、飛ぶ、器械体操などを

通して運動能力の向上を目指す

¥1回700円 当日納入 ※きょうだい参

加の場合割引あり

②ロコモ予防運動教室

日5月12日～7月7日 毎週金曜日

13時30分～14時30分 ※5月26日を除く

対18歳以上の方(高校生不可)

因筋力や柔軟性向上の運動、姿勢を改善

するためのポーズなど

¥500円 当日納入 ※全参加の場合3千

円

対20人 申し込み順

持運動しやすい服・靴、飲み物、タオル

所申詳①5月1日(月)～19日(金) ②5月1

日(月)～7月7日(金)に 総合体育館 TEL(34)

7715

## 基礎から学ぶはじめての弓道教室(中学コース)

日6月8日～8月10日 18時30分～20時

30分 毎週木曜日 全10回

所総合体育館 弓道場

対市内在住の中学1・2年生

¥3千700円 事前納入

定15人 抽選

持白足袋

所申詳5月12日(金)～28日(日)にスポーツ協会

HPで(公財)スポーツ協会 TEL(37)710

## 「市民アーチェリー教室」

日5月21日(日) 9時～12時 ※天候不良

の場合6月11日(日)に延期

所総合体育館 アーチェリー場

対中学生以上

¥千円 開講日納入

定10人 申し込み順

所申詳5月1日(月)～14日(日)にスポーツ協会

HPで TEL(37)7100

## ウォーキングスタンプラリー



コースを各自で設定し、各施設に設置し

ているスタンプを押します(1日1個)。

スタンプが15個貯まると、期間中1回、

とまチョップポイントと交換できます

日6月1日(木)～9月29日(金)

所申請書配布総合・日吉・川治公園体育館、

アブロス日新温水プール、白鳥アリーナ、

アブロス沼ノ端スポーツセンター、新と

さわスケートセンター、矢代スポーツセ

ンター、勇弘公民館、植苗ファミリーセ

ンター、ヤフルト緑ヶ丘陸上競技場

所詳スポーツ都市推進課 TEL(34)9601

## 募集



## 「道南バス(株)の運転者を募集」

因市内路線の運行、貸切バスのほか、郊

広告