

募集

各種教室の受講生

カヌー教室

- とき 8月11日(土)午前10時～正午
- ところ 阿木川ダム艇庫(岩村浄化センターの奥)
- 対象 小学生以上
- 定員 30人(先着順)
- 料金 500円
- ソフトテニス教室
- とき 8月22日～10月24日(毎週水曜日)午後7時～8時半
- ところ 山岡デニスコート
- 対象 市内在住か在勤の小



▲指導者のトスを打つ受講生

- 学校高学年以上
- 定員 30人(先着順)
- 料金 3000円
- 幼児アクアリズム教室
- プールでみんなで楽しく遊びます。
- とき 8月29日(水)▽未入園児クラス(2～3歳) 11時前11時～正午▽園児クラス

- 健康体力センター講習会(8月)
- ▷とき=3日(金)・28日(火)午後7時半、9日(木)・23日(木)午前10時(託児付)
- ▷ところ=まきがね公園体育館健康体力センター▷料金=520円▷持ち物=屋内用シューズ▷対象=高校生以上(要予約・時間厳守)
- 託児付きトレーニングDAY(8月)
- ▷とき=9日(木)・23日(木)午前10時～正午(要予約)▷ところ=まきがね公園体育館健康体力センター
- プチ講習(8月)
- ▷とき=3日(金)(簡単筋トレ)、10日(金)(ストレッチボール)、17日(金)(ソフエアロビクス)、24日(金)(ストレッチ体操)、31日(金)(バランスボール) 午前10時～10時半▷料金=200円/回
- 社会体育施設の貸し出し(8・9月)
- ▷とき=7月20日(金)(8月分)、8月21日(火)(9月分)、午後7時▷ところ=まきがね公園体育館
- 申・問 まきがね公園体育館(市体育連盟) 25-6478(月曜日休館)



▲水しぶきをたて楽しそうな子どもたち

- 共通
- 受付開始日 7月26日(木)
- 申・問 市体育連盟 25-6478(月曜日休館)
- 阿木川ダム湖のカヌー
- ツリーリング参加者
- とき 8月22日(水)午前9時半～正午
- ところ 阿木川ダム艇庫

- 対象 小学4年生以上
- 定員 15人(先着順)
- 料金 500円
- 受付開始日 7月26日(木)
- 申・問 市体育連盟 25-6478(月曜日休館)
- 県B&G水泳大会の参加者
- 小学4年生以下、小学5年生、小学6年生の部に分かれタイムを競います。
- とき 8月25日(土)午前9時
- ところ 加子母B&G海洋センター
- 対象 小学4～6年生
- 種目 自由形、平泳ぎ、1000メートルフリーレール
- 料金 無料
- 申・問 市体育連盟 25-6478(月曜日休館)



▲人工芝のコートで試合

総合型地域スポーツクラブ

- えなイースト総合スポーツクラブ
- 水泳教室
- とき 8月4日(土)、5日(日)午前9時～11時
- ところ 大井小学校
- 対象 小学生
- 定員 30人
- 料金 ▽会員 1100円 ▽非会員 1500円
- 持ち物 水着、水泳帽子、ゴーグル、バスタオル、飲み物
- 講師 市水泳協会指導員

クリスタルカップフットサル大会の参加者

- 第13回少年の部
- とき 8月26日(日)午前9時
- ところ 恵那スケート場
- 対象 小学生以下
- 定員 12チーム
- 料金 1000円/チーム

シャワークライミング体験

- とき 8月12日(日)午前10時～午後1時
- ところ 保古の湖キャンプ場前(根の上高原)
- 対象 どなたでも参加できます(小学生以下は保護者の同伴が必要です)。
- 定員 15人
- 料金 ▽会員 1100円 ▽非会員 2000円
- 持ち物 弁当、飲み物、軍手、雨具、着替え
- ※靴を着用してください
- 申・問 えなイースト総合スポーツクラブ 25-0006

えな花の木スポーツクラブ

かけっこ教室

- とき 8月4日(土)午前8時～10時
- ところ 長島小学校
- 対象 小学生
- 料金 ▽会員 1100円 ▽非会員 500円/回(保険代含む)
- 持ち物 飲み物、タオル、帽子
- 講師 小木曾信夫さん(日本体育協会公認指導者)
- 締め切り 7月31日(火)
- 水泳教室
- とき 7月29日(日)午前9時～11時
- ところ 長島小学校
- 対象 小学生
- 料金 ▽会員 1300円 ▽非会員 500円(保険代含む)
- 持ち物 水着、水泳帽子、ゴーグル、バスタオル、飲み物
- 講師 加藤望さん(教諭)、可知浩幸さん(教諭)
- 締め切り 7月25日(水)
- DAYキャンプ
- とき 8月12日(日)午前10時～午後1時
- ところ 中の島公園ふれあ

いの里(中津川市)

- 対象 どなたでも参加できます(小学生以下は保護者の同伴が必要です)。
- 料金 ▽会員 1100円 ▽非会員 2000円(保険代含む)
- 持ち物 飲み物、タオル
- 締め切り 8月6日(月)
- 申・問 えな花の木スポーツクラブ 28-3515

飯中笠クラブ

カヌー体験

- とき 8月19日(日)午前9時～10時半、午前10時半～正午、午後1時～2時半
- ところ 木曾川河川敷(恵那北中学校横)
- 対象 どなたでも参加できます。
- 料金 500円
- 申・問 飯中笠クラブ(保母) 090-2771-738



▲陸から川へ入る練習

地域包括です

おしゃべりパートナーが訪問中

市内に住むおおむね65歳以上で、話し相手がない閉じこもりがちの方を対象に「おしゃべりパートナー」を派遣しています。このパートナーは、回想法の研修を受けたシニア人材センターの会員で、訪問を希望する方の自宅へ話を聞きます。昔話に花を咲かせ、元気で安心して生活できるよう手伝います。

派遣を希望する方は、地域包括支援センターか、福祉あんしんサポートセンターへ申し込み込んでください。

認知症の人や家族をみんなで支えよう

住み慣れた場所です安心して暮らしていくために、認知症への理解と見守りができる地域を目指して「認知症サポート養成講座」を開催しています。

自治会や無任、友人同士の集まりなどで受講すること、認知症の人やその家族を



▲サポートの証しのオレンジリング

成年後見制度の巡回相談を開催

専門の相談員が、無料で相談に応じます。自身や家族のことで心配なことがあれば、地域包括支援センターへ申し込んでください。

□とき 8月9日(木)午後1時半～3時半

□ところ 市役所会議棟

□相談員 NPO東濃成年後見センター中津川・恵那事務所相談員



あなたの不安を安心に変える『地域包括支援センター』です。

