



募 集

各種教室の受講者

アーチェリー教室
□とき 7月13日～8月10日
(毎週土曜日) 午前10時～11時半(全5回)
□ところ まきがね公園弓道場
□対象 市内在住か在勤、通学する小学校高学年以上の方

□定員 10人(定員になり次第締め切り)
□料金 1500円
□受け付け開始 6月25日(火)午前9時
□申込 市体育連盟 ☎ 25-6478(月曜日休館)
□B&G夏休み水泳教室
□日にち ▽火曜日コース 7月23日、30日、8月6日、13日(全4回) ▽水曜日コース 7月24日、31日、8月7日、14日(全4回)
□時間 ▽第一部 午前9時～9時50分 ▽第二部 午前10時～10時50分 ▽第三部 午前11時～11時50分
※第三部では4泳法マスターコースを開催
□ところ 山岡B&G海洋センタープール

健康体力センター講習会(7月)
▷とき=10日(木)・25日(木)午後7時、4日(木)・18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(7月)
▷とき=4日(木)・18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
ブチ講習(7月)
▷とき=5日(金)(フロアリズム)、12日(金)(ウォーキング)、19日(金)(ココから体操)、26日(金)(バランスボール) 午前10時～10時半 ▷ところ=まきがね公園体育館 ▷料金=200円/回
社会体育施設の貸し出し(7・8月)
▷とき=6月20日(木)(7月分)、7月23日(火)(8月分)、午後7時 ▷ところ=まきがね公園体育館
☎・☎ まきがね公園体育館(市体育連盟) ☎ 25-6478(月曜日休館)



募 集

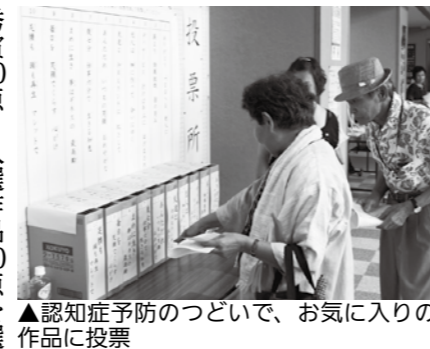
第2期ブルーウォーキングの受講者

らっば(歩歩)で開催する水中運動教室です。
ブルーウォーキングは、誰でも安心してできる運動です。個人はもちろん友人を誘って、申し込んでください。
□とき 7月18日～9月26日(8月15日を除く毎週木曜日) 午後1時～2時(全10回)
□ところ らっば(歩歩)(山岡健康増進センター)
□対象 市内在住で、介護保険の認定を受けていない65歳以上の方
□定員 25人(定員になり次第締め切り)
□料金 300円/回
□講師 吉田宏子さん(健康運動指導士)、前田芳美さん

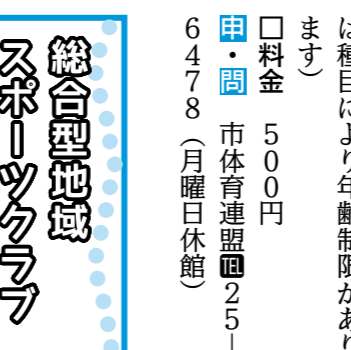
いきいき人生川柳
市では、皆さんがいつまでも元気に暮らせるよう介護予防に取り組んでいます。多くの方が、関心を持って介護予防に取り組んでいけるよう、本年度も、いきいき人生川柳を募集します。
□テーマ 伝えたい私の心(おもい)
□対象 市内在住か通勤、通学する方
□応募方法 所定の応募用紙に①作品②住所③氏名④年齢⑤性別⑥職業⑦電話番号⑧記入の上、応募箱に投函してください。応募用紙と応募箱は、市役所ロビーや各振興事務所などにあります。郵送やファクス、電子メールでも受け付けます。
※応募は1人につき2作品まで
□募集期間 6月20日(木)～7月25日(木)(必着)
▽優秀賞 11点
▽優秀賞 9点
▽入賞 10点
□選考 選考会を開催し、優



クリスタルカップフットサル大会の参加者
第16回一般の部
□とき 7月28日(日)午前9時
□ところ 恵那スケート場
□定員 16チーム(定員になり次第締め切り)
□料金 1000円/チーム
□受け付け開始 7月2日(火)



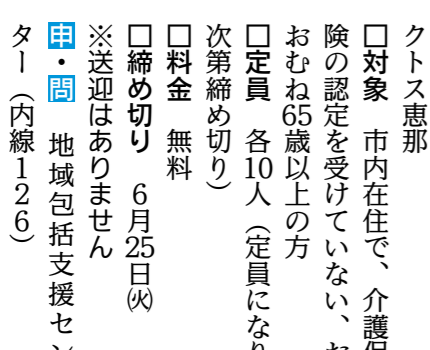
認知症予防のついで、お気に入りの作品に投票
秀賞10点と入選作品10点を選びます。最優秀賞は、優秀賞の中から、10月13日(日)に開催予定の認知症予防のついで、来場者の投票で決定します。
☎・☎ 地域包括支援センター(内線129)、☎ 25-7294、☎ ena-kaigo@ci ty.ena.gifu.jp



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
レクリエーションバレー大会
□とき 6月30日(日)午前9時
□ところ まきがね公園体育館
□料金 ▽団体会員 無料
▽非会員 2000円/チーム

成する「げんきかい」のメンバーが昔懐かしい道具の紹介をしてくれたり、昔の遊びなどを体験したりします。
□日にち 7月19日(金)
□行程 ▽往路 午前9時27分恵那駅発 10時16分明智駅着 ▽復路 午後1時59分明智駅発 2時47分恵那駅着
□対象 市内在住で、おおむね65歳以上の方
□定員 40人(定員になり次第締め切り)
□料金 1300円
□申し込み方法 地域包括支援センターに電話で申し込み※1度の電話で3人まで申し込みできます
□受け付け期間 6月21日(金)～7月5日(金)
☎・☎ 地域包括支援センター(内線129)

想い出列車の乗客
明知鉄道を利用した想い出列車を運行します。
恵那駅を出発する車内では、車窓に流れるのどかな田園風景をゆったりと味わい、昔懐かしい音楽を楽しんだり、歌を歌ったりして明智駅へ向かいます。
明智回想法センターでは、回想法スクールの修了生で構



健康シニア応援塾の参加者
いつまでも健康で活発な人生を送っていただけるよう、介護予防のための健康シニア応援塾を開催します。
足腰の筋力や歩行機能の維持と向上を目指し、トレーニングしませんか。
□とき ▽Aコース 7月1日、8日、22日、29日、8月5日、12日、19日、26日、9月2日、9日、23日、30日(月曜日)(全12回) 午前10時半～正午 ▽Bコース 7月2日、9日、16日、23日、30日、8月6日、20日、27日、9月3日、10日、17日、24日(火曜日)(全12回) 午後1時～2時半
□ところ スポーツクラブアクトス恵那
□対象 市内在住で、介護保険の認定を受けていない、おおむね65歳以上の方
□定員 各10人(定員になり次第締め切り)
□料金 無料
□締め切り 6月25日(火)
※送迎はありません
☎・☎ 地域包括支援センター(内線126)



えな花のオーストラリア弓道・アーチェリー教室
□対象 小学生以上
□料金 ▽会員 300円
▽非会員 500円
□持ち物 飲み物、タオル、ボタンやポケットのない上着、靴下か足袋(弓道教室)
□締め切り 7月2日(火)
☎・☎ えな花のオーストラリア弓道 28-3515