

ボランティア観光ガイド協会 会員募集説明会

ボランティア観光ガイド協会は、中山道・守山宿を中心に市内の名所・旧跡などの文化遺産の観光ガイドをしています。また、研修会やガイド養成講座で、会員のガイド能力の向上に努めています。観光ガイドに興味のある人は、ぜひ、ご参加ください。

時 6月24日(土)午前10時～正午

所 市民交流センター、東門院周辺

内 ・新入会員用ガイド手引書・研修会・ガイド養成講座の説明
・ガイド見学(東門院周辺)

定 10人

申 6月19日(月)までに、ファクスまたはメールに氏名(ふりがな)住所、電話番号、年齢を記入のうえ、下記へ申し込み。

岡市ボランティア観光ガイド協会 事務局
(商工観光課内)

☎・☎(582)1131 FAX(582)1166

✉shokokanko@city.moriyama.lg.jp

スポーツ振興課からお知らせ NIGHT☆RUN

SGホールディングスグループ陸上競技場を開放します。ランニングコーチによるアドバイスも受けることができます。本格的な競技場で思いっきり走りましょう。詳しくは、スポーツ振興課に設置のチラシまたは、公益財団法人SGH文化スポーツ振興財団のホームページをご覧ください。



ホームページ

時 6月30日(金)午後6時～9時

(受付：午後5時30分～)

所 SGホールディングスグループ陸上競技場

対 小学生以上

(中学生以下は保護者または指導者同伴要)

定 100人程度

持 動きやすい服装、シューズ(平行ピン可)、タオル、飲み物

申 6月7日(水)～23日(金)に右記二次元コードから申し込み。



申込サイト

他 ・用具の使用は禁止。貸し出しなし
・傷害保険に加入していますが、イベント参加中に負傷した場合に限ります。

岡スポーツ振興課

☎(582)1169 FAX(582)0539

健康のび体操教室

健康のび体操は「のびバンド」を使用した体操で、股関節や肩関節の柔軟性を高め、生活動作を改善することができる全身機能のトレーニングです。

時・連 7月2日(日)、13日(木)、20日(木)、
27日(木)、8月3日(木)午後2時～3時

所 吉身会館 1階 和室

内 1回目：体力測定、2～5回目：健康のび体操実技

対 ・市内在住で65歳以上の人

・65歳未満で、今後自主グループ活動を運営する意思のある人

※医師から運動制限を受けていないこと

定 10人

¥無料

持 動きやすい服装、飲み物、汗拭きタオル

申 6月30日(金)までに電話または直接、下記へ申し込み。

他 ヨガマット・のびバンドは貸し出します。

岡地域包括支援センター

☎(581)0330 FAX(581)0203

家族介護者教室

知識を得るだけでなく、実践的な内容も取り入れ、楽しく参加できます。3回連続の講座ですが、1回のみ参加も可能です。

時・連 6月22日(木)、29日(木)、7月6日(木)
午後1時30分～3時

内 介護のコツ、福祉用具・排泄ケア用品の選び方 など

対 市内在住で介護をしている人、介護に興味・関心のある人

定 10人

持 筆記用具

申 6月20日(火)までに電話、ファクス、メールまたは直接、下記へ申し込み。ファクス、メールの場合は、氏名(ふりがな)、住所、電話番号、参加希望回を記入。



所 ・岡南部地区地域包括支援センター
(エルセンター内)

☎・☎(585)9201 FAX(585)9202

✉nanbu-hsc@yuinosato.or.jp