

**地域**の親子のふれあい交流「きよたとんとん夏まつり」を開催します

水遊び、シャボン玉、ゲームなど子どもたちの遊びを中心に、地域の皆さんが集い、ふれあいを楽しむおまつりです。いろいろなコーナーで一緒に遊びませんか。参加費は無料、事前の申し込みは不要です。当日、直接会場にお越しください。※天候により終了時間を変更する場合があります。



| 日 時     |                      | 会 場                   | 雨天時の会場                  |
|---------|----------------------|-----------------------|-------------------------|
| 8月1日(月) | 午前10時<br>～<br>11時30分 | 美しが丘西公園 (美しが丘4条5丁目)   | 美しが丘緑小学校体育館 (美しが丘4条5丁目) |
| 8月2日(火) |                      | 北野台小学校グラウンド (北野4条5丁目) | 北野台小学校体育館 (北野4条5丁目)     |
| 8月3日(水) |                      | 区役所前市民交流広場 (平岡1条1丁目)  | 清田小学校体育館 (清田1条4丁目)      |
| 8月4日(木) |                      | 清田緑小学校グラウンド (清田7条3丁目) | 清田緑小学校体育館 (清田7条3丁目)     |

詳細：保健福祉サービス課子育て支援担当 ☎ 889-2400(内線570～572)

**里**美ふれあいクラブからのお知らせ

| 講 座 名  | 日 時   | 定員  | 受 講 料  |
|--|---|-----|--|
| ①パソコン講座(初級)<br>「マウスの持ち方から始めよう！」                            | 8月1日(月)<br>午前10時～正午   | 10人 | ①、②の講座とも受講料500円。受講が決定した方は、7月29日(金)までに窓口で納めてください(月～金(祝日を除く)の午前8時45分～午後5時15分)。期限までに受講料の納入がない場合は、キャンセルになります。一度納入いただいた受講料はお返しできませんのでご了承ください。 |
| ②パソコン講座(中級)<br>「メールを楽しもう！」<br>※文字入力のできる方が対象。               | 8月8日(月)<br>午前10時～正午   | 10人 |  |
| ※「トークdeランチ」と「ふれあいティータイム」はお休みになります。                         |   |     |  |
| 会 場  | 里塚・美しが丘まちづくりセンター内「里美ふれあいクラブ」スペース。   |     |  |
| 申 込 方 法  | 7月20日(水)までに電話または直接窓口でお申し込みください(月～金(祝日を除く)の午前8時45分～午後5時15分)。申し込み多数の場合は抽選。当選者のみはがきで通知します。 |     |  |
| 申込先・詳細：里塚・美しが丘まちづくりセンター(里塚2条6丁目1-3里塚ノースヴィレッジ2階) ☎ 884-1210 |   |     |  |

**清**田区体育館・温水プール「スポーツ教室」のお知らせ

| 種 目                                     | 対 象   | 回 数 | 期 間(予定)        | 実 施 時 間       | 定 員  | 受 講 料              |
|---|---|-----|----------------|---------------|--|--------------------|
| ナイトテニス(基礎)                              | 一般  | 8回  | 8/2(火)～9/27(火) | 午後7時～8時30分    | 10人  | 6,000円<br>(4,800円) |
| ナイトテニス(基礎)                              | 一般  | 8回  | 8/3(水)～9/21(水) | 午後7時～8時30分    | 10人  | 6,000円<br>(4,800円) |
| らくらくエクササイズ                              | 一般  | 8回  | 8/2(火)～9/27(火) | 午後0時50分～1時50分 | 30人  | 4,100円<br>(3,300円) |
| 申込方法                                    | 7月12日(火)～14日(木)の午前9時～午後9時に電話または窓口でお申し込みください。                |     |                | 注 意 事 項       | 受講料の( )内の金額は、高齢者(65歳以上)の方の受講料となりますので、年齢を証明できるものをお持ちください。また、受講料のほかに受講の都度、施設利用料(一般390円、高校生230円、高齢者130円)が必要となります。 |                    |
| 抽選日時                                    | 7月15日(金)午後1時(体育館ロビーで公開抽選)<br>※抽選結果を同日の午後2時～8時までに電話でご確認ください。 |     |                |               |  |                    |
| 受講料の納入                                  | 7月16日(土)～22日(金)の午前9時～午後8時に下記窓口で納入してください。                    |     |                |               |  |                    |
| 申込先・詳細：清田区体育館・温水プール(平岡1条5丁目) ☎ 882-9500 |   |     |                |               |  |                    |

**運**動教室を開催します

| 内 容  | 日 時   | 受 付 会 場       | 対 象                                    | 費 用 | 持 ち 物   | 申 込 方 法                  |
|--|---|---------------|--|-----|---|--------------------------|
| 脂肪燃焼教室「 <b>1・2・スリム</b> 」<br>運動の強さ…運動経験者向き<br>リズムウオーキング、ボクササイズの動きを取り入れたエクササイズ、ストレッチなど。                          | 8/2(火)、9/6(火)、<br>10/4(火)<br>午後2時～3時30分                       | 区役所3階健康増進フロア。 | 区内にお住まいの40歳以上の方で、生活習慣病予防のための運動を実践したい方。 | 無料。 | 室内用運動靴、運動しやすい服装(更衣室あり)、汗ふき用タオル、水分補給用飲料、健康手帳(お持ちの方のみ)。 | 事前の予約は不要です。直接会場にお越しください。 |
| 健康貯筋教室「 <b>のび～るストレッチ</b> 」<br>運動の強さ…運動初心者向き<br>リズムウオーキング、筋力アップのための体操、ストレッチなど。<br>※健康貯筋教室は、毎月どちらか1回を選んでご参加ください。 | 7/19(火)、26(火)<br>8/16(火)、23(火)<br>9/20(火)、27(火)<br>午後2時～3時30分 |               |  |     |   |                          |

詳細：地域保健課健康推進係 ☎ 889-2400(内線525)

夏の交通安全市民総ぐるみ運動を実施(7月15日～24日)