

お知らせ

催し

講座

募集

相談

案内

催し
もよおし

中池公園陸上競技場

一般開放

新しくなった全天候型陸上競技場で
走ろう・跳ぼう・投げよう。

100m走、走り幅跳び、ソフトボ
ール投げ、ファミリリレー、軽スポ
ーツなど好きなスポーツで汗を流しま
せんか。

■日時 9月22日(土) 午前9時～正
午(当日受け付け) ※小雨決行

■場所 中池公園陸上競技場

■対象 市内在住、在勤または在学の方

■参加費 無料

■照会先 一般財団法人関市体育協会
(☎FAX23-8511)

※運動靴以外での入場は制限させてい
ただきます。

※スポーツ安全保険に加入しています。

ぼかし作り体験

家庭から出る生ごみを減量し、堆肥
化するためのぼかし作りです。生ごみ
をリサイクルしておいしい野菜を作り
ましょう。

■日時 9月29日(土) 午前10時～11
時30分

■場所 田原リフレッシュ農園

■定員 20人(申し込み順)

■参加費 500円(容器代含む)

※20キロ程を持ち帰れます。

■持ち物 米ぬか20キロ

■申込先 環境ネットせき・杉浦(☎
080-5130-2868)ま

たは広瀬(☎080-5120-
2103)

なるほど！健康講演会

血液中の中性脂肪や悪玉コレステロ
ールが多く、血液がドロドロになつて
いる状態を「脂質異常症」といいます。
血液がドロドロになると塊になり(血
栓ができ)、脳梗塞や心筋梗塞になる
危険性が高まります。食生活における
ポイントを学び、サラサラ血液を目指
しませんか。

■日時 10月5日(金) 午後1時30分
～3時(申し込みが必要)

■テーマ 「目指そう！血液サラサラ
食生活」脂質異常症を予防する方
法について」▽講師 北村祐子
さん(中濃厚生病院管理栄養士)

■場所・申込先 関市保健センター(☎

24-0111 FAX23-6757)

岐阜県博物館のお知らせ

【木の実で遊ぼう】

中田宇元さんを講師に迎え、ドンダ
リのペンダントやブローチを作った
り、オナモミの実で遊んだり、親子で
楽しめます。

▽日時 10月8日(月・祝) 午後1時
30分～3時30分

▽場所 岐阜県博物館

▽定員 20人(申し込み順)

▽参加費 入館料のみ

【横蔵寺拝観会】

特別展「飛騨・美濃の信仰と造形」
に関連した拝観会です。現地で仏像を
拝観しながら、学芸員が解説します。

▽日時 10月14日(日) 午後1時30分
～3時

▽場所 横蔵寺(揖斐川町谷汲神原1
160) ※現地集合・現地解散

▽定員 20人(申し込み順)

▽参加費 拝観料300円

■申込方法 電話またはインターネット
トで申し込み(1カ月前から受け
付け。定員になり次第締め切り)

■照会先 岐阜県博物館(☎28-31
11 FAX28-3110)

わかさ・プラザ 「総合体育館」

メインアリーナの一般開放

10月18日(木) 午後7時～9時
※登録料600円が必要

サブアリーナ「チャレンジ!! ギャススポーツゲーム」

10月8日(月・祝) 午後1時30分～4時
※参加無料

■照会先 スポーツ推進課 ☎23-7766

トレーニング機器取扱説明会

日 時 10月10日(水) 午後7時～8時の部
午後8時～9時の部

場 所 わかさ・プラザ「総合体育館・トレーニングルーム」

対 象 15歳以上(中学生を除く)

定 員 各部100人(申し込み順)

持 ち 物 運動ができる服装、屋内用シューズ

申 込 先 9月20日(木)～10月5日(金)の
午前8時30分～午後5時に
わかさ・プラザ「総合体育館」(☎23-8822)