

## 第3期すいすい健康教室

開講日	内 容
11月 6日	すいすい健康体操 (ストレッチと基礎運動)
13日	すいすい健康水泳(プール) (泳がない水中トレーニング)
20日	腰痛予防水中運動(プール) (腰周り中心水中運動)
27日	肩こり解消体操 (上半身中心ストレッチと筋力トレーニング)
12月 4日	膝痛予防のための水中運動(プール) (下半身中心水中運動: アクアウォーキング)
11日	青竹健康体操 (ストレッチ体操及び青竹踏み)
18日	肥満解消水中運動(プール) (やさしいアクアビクス)
25日	レクリエーション&リラクゼーション

## すいすい健康教室 受講生募集

国民健康保険では、国保加入者の皆さんに、これからの生活をいきいきと健やかに過ごす知



恵を身につけていただけるよう、健康教室を開講します。

この教室は、プールでの全身を使った予防運動や運動室での健康予防体操などを取り入れた教室です。男性の参加もお待ちしています。

**対象者** 国保加入者の方

**募集期間** 10月6日(月)～15日(水)

**募集人数** 30人(先着順)

※新規に申し込みされた方を優先します。

**開講日** 11月6日～12月25日までの毎週木曜日(全8回)

**ところ** コパンスポーツクラブ

高浜(図書館西100m)

**受講料** 1,000円

※納付方法は、別途開講案内で通知します。受講料納入後は、キャンセルしても返還できません。

※プールで使用する水泳帽子・水着・タオルは各自で用意してください。

**申込方法** 市民窓口グループへ来庁するか、電話で申し込んでください。

**申込・問合せ先**

市民窓口グループ

☎52-11111(内線216・261)



**とき** 10月12日(日) 午前10時～

**ところ** 中央公民館(市民センター) ホール

※当日、中央公民館の駐車場は混雑が予想されます。車での来場は乗り合わせてお越しください。



## 第38回 高浜市民体育大会 総合開会式

開会式終了後(一部事前に始まる種目競技有)、体育センターや市内グラウンド、学校体育館などで各種の競技が行われます。皆さんの声援をお願いします。

**とき** 10月18日(土) 午後2時～



## 第7回 鬼みちまつり

問合せ先

困文化スポーツグループ

☎52-11111(内線333)

高浜の文化的シンボルである「瓦」の歴史や表情を発見する「鬼みち」。

そんな「鬼みち」の昼と夜の顔を楽しむ「鬼みちまつり」を開催します。

今年で7回目を迎える「鬼みちまつり」は、ハロウィンをテーマとして「鬼あかり(ランブシェード)」が街並みを彩り、日暮れとともにロウソクを灯します。また、昼間のメインイベントとして昨年度までの「たかはま名物じまん市」でおなじみの「チャラポコ踊り」を行います。

8時

※小雨決行

**ところ** 森前公園・鬼みち周辺  
(三州瓦工業協同組合事務所  
/高浜港駅横)かわら美術館

**内容**

- ・チャラポコ踊り
- ・ランブシェード展示・点灯
- ・ハロウィン・キッズ
- ・ガーデンコンサート
- ・鬼みちまつり撮影会 など

※詳細については、広報と同時に配付のチラシをご覧ください。

**問合せ先**

鬼みちまつり実行委員会事務局(困観光協会/困文化スポーツグループ内)

☎52-11111(内線331)

## ご存知ですか 検察審査会

「交通事故、詐欺など犯罪の被害にあったが、検察官がその事件を起訴してくれないのは納得できない。」

このような不満をお持ちの方は、遠慮なく検察審査会に相談してください。

**問合せ先**

岡崎検察審査会事務局

☎0564-51-5793