

健康づくり推進委員
ひがしグループ主催
第2回

稗田川早朝ウォーキング 参加者募集

すがすがしい朝の空気を肌で感じながら、稗田川沿いを一緒にウォーキングしませんか。歩く時間は30分コースと50分コースがあります。

1回のみ参加も可能です。第4回は、終了後にお茶会を開催します。

運動不足が気になる方もご参加ください。第1回ウォーキングに参加された方も、ぜひ継続して参加しましょう。

とき 10月18日(日)
第3回 11月15日(日)
第4回 12月13日(日)

午前8時～10時

※雨天(小雨)時中止

集合場所 JAあいち中央高浜

宮農センター駐車場

集合時間 午前8時

参加費 無料

対象 市民

定員 20人程度

持ち物 タオル、水筒

※ウォーキングのできる服装と靴でお越しください。

申込方法 第2回の申込締切日

10月15日(木)までに保健福祉グ

ループに電話で申し込んでください。
※定員になりしだい締め切りです。
※キャンセルの場合は、必ず連絡してください。

問合せ先

いきいき広場内保健福祉グループ

☎52-0871



ふらっと カレッジ

くらしの実験室 参加者募集

◆はじめてのマジック

身近にあるものを使って、簡単な手品に挑戦します。

特別なマジック道具を使わずとも、みんなを少し驚かすこ

とができるかも。ひとりはおちろん、ご家族・お友だち同士でご参加ください。

とき 10月19日(月) 午後6時30分～8時30分

ところ いきいき広場ホール

定員 8組

持ち物 スカーフまたは大きめのハンカチ

参加費 1人200円

企画 いきいきマジッククラブ

申込期間 10月5日(月)～15日(日)

午前9時～午後8時45分

(土・日曜日を除く)

オリジナル にっこにらウンジ 参加者募集

◆気軽に煎茶を楽しんでみましょう

よつこ

「煎茶」と聞いただけで堅苦しくて作法が難しそう、と敬遠していませんか。

煎茶を知る第一歩として煎茶を味わう雰囲気につれ、ゆつたりしたひとときを過ごしてみましよう。

また、ご家庭でいつも飲むお茶をよりおいしく淹れられる方法など、お菓子をいただきながら楽しく気軽に学びましょう。

とき 10月22日(木) 午後1時30分～3時

我が家のエコスローガン宣言結果

高浜エコハウスでは、家庭でのエコ生活を実践してもらうため、夏休み期間中、身近なところから取り組める「我が家のエコスローガン」の宣言を募集しました。その結果、258人の方が来館し、宣言をしました。宣言内容の主なものは次のとおりです。

電気に関するエコ (104人)

- ・電気はこまめに消す
- ・外出時には電気を消す
- ・コンセントはまめに抜く

水に関するエコ (63人)

- ・風呂水は洗濯に使う
- ・手を洗うときは水の量を少なくする
- ・シャワーを出しっぱなしにしない

資源に関するエコ (38人)

- ・買い物に行くときはエコバッグを持っていく
- ・スーパーでレジ袋はもらわない

ごみに関するエコ (27人)

- ・古くても修理できたら使う
- ・ごみを分けて出す
- ・生ごみは、TMボカシを使って堆肥にする

その他のエコ (26人)

- ・余計なものは買わない
- ・マイハシを使ってエコに協力
- ・地元の野菜などを買って地産地消を心がける

※皆さんが宣言した宣言書は、高浜エコハウスの学習ホールに10月末まで掲示しています。

問合せ先 囲市民生活グループ ☎52-1111 (内線263)

ところ いきいき広場

定員 5人

参加費 350円(お茶菓子付きです)

企画 黒柳妙子氏

申込期間 10月6日(火)～20日(火)

午前9時～午後8時45分

(土・日曜日を除く)

託児 参加申込とあわせて申し込んでください。

申込方法 電話で申し込んでください。

☎090-6592-1573

◆申込・問合せ先

いきいき広場

☎090-6592-1573