

のだて

末廣別邸 春の特別公開 100年ツツジ鑑賞野点体験

問・申込先 生涯学習課（中央公民館内）
☎（93）7641 FAX（91）1020

国登録有形文化財「旧岩崎家末廣別邸」の恒例行事となった春の特別公開を開催します。今回は野点体験（お茶会）を行います。
旧岩崎家末廣別邸の魅力に触れる初夏の一日。
岩崎久彌氏の生活に思いを馳せてみてはいかがでしょうか。

- 日時 5月4日（土・祝）
 - ① 10：00（13組） ② 11：00（12組）
 - ③ 13：30（13組） ④ 14：30（12組）
- ※各回 30分程度の予定
- ※受付順とするため、時間の指定はできません。
- ※雨天時は5日（日・祝）に順延、その後は中止とします。
- 対象 市内在住で高校生以上
- 費用 1人500円
- 定員 先着50組（1組2人まで）
- 申込み 4月19日（金）までに、右の「見学会申込書」に直接記入し、切り取らずに広報紙を持参またはFAX
 - ※広報紙掲載の申込書が原本
 - ※1日の8：30以前のFAXでの申し込みは先着対象外
- その他
 - 修理工事中のため、建物内部の公開はありません。
 - 敷地内（場所限定）での写真撮影などは自由です。
 - 動きやすく、履きなれた靴で参加してください。



野点申込書（見学時に必ず持参してください）

代表者氏名

同伴者氏名

代表者連絡先

※以下は申込時に記入します。

No

開始時間

順天堂大学の専門プログラムによる

「しっかり！筋力アップ教室」 事前説明会

問・申込先 健康推進課 ☎（93）4121

ロコモティブシンドローム（※）予防を目的として、順天堂大学の協力による専門プログラムを活用した、「しっかり！筋力アップ教室」を平成31年度も実施します。
教室実施前に事前説明会を開催しますので、希望する人は必ず参加してください。 ※運動器の障害のために移動能力の低下を招き、要介護の危険が高い状態

事前説明会

- 日時 5月30日（木）10：00～12：00
- 場所 保健センター（すこやかセンター内）
- 対象 40歳以上で市内在住で初めて参加する人（運動が可能で介護が不要な人および介護認定を受けていない人）
- 内容 教室の内容を正しく理解するための事前説明と教室申し込み手続き
 - ※提出書類をもとに、筋力アップ教室の参加の可否を判定します。
- 定員 60人程度 ■申込み 5月23日（木）までに電話

筋力アップ教室

- 7月から10月の間で体力測定や全22回のトレーニング、栄養講座などを実施します。
- 費用 5,000円（教材代含む）
 - フォローアップ教室（筋力アップ教室参加者のうち希望者）
11月から1月の全12回で筋力アップ教室終了後のフォローアップ教室を行います。
 - 費用 4,000円

見た目も筋力も若返り！講演会&測定会

問・申込先 健康推進課 ☎（93）4121

平成28年度から実施している「しっかり！筋力アップ教室」のこれまでの取り組みと成果について、テレビなどのメディアで活躍されている町田修一さん（順天堂大学大学院スポーツ健康科学研究科教授）から講演をいただき、希望者に体力測定会を実施します。健康寿命を伸ばすポイントを学びます。ぜひ参加ください。

- 日時 6月1日（土）13：00～17：00
- 申込み 5月31日（金）までに電話
- 第1部 講演会（13：00～14：30）
「しっかり！筋力アップ教室」の取り組みと成果について
- 対象 小学生以上 ■場所 中央公民館講堂
- 定員 300人

第2部 体力測定会（15：00～17：00）
「しっかり！筋力アップ教室」で実施されている体力測定の体験

- 対象 講演会の参加者のうち、12月8日（日）の測定会に参加できる人
- 場所 保健センター2階総合健診室（すこやかセンター内）
- 定員 50人程度 申し込み多数の場合は市民が優先



▲町田修一さん

～学園からやってきた動物たち～

第2回とみさとふれあいまつり

問市観光協会 ☎（93）0136

子どもたちが乗馬・馬車体験、動物とのふれあいを通して、馬への理解を深め、馬の街とみさとを知っていただくことを目的に開催します。



- 日時 5月5日（日・祝）9：30～16：00
 - ※雨天の場合は5月6日（月・振休）に順延
 - 場所 富里中央公園イベント広場
 - 内容 動物ショー、オットセイショー、バードショー、馬車体験、ポニー乗馬体験、牛の乳しぼり体験、富里グルメコーナー
 - 募集
 - キッズダンス 参加発表団体
 - フリーマーケット出店者
- 詳しくは観光協会ホームページで

