



各種検診・教室

あいあいトレーニング室 利用説明会

健康福祉部健康推進室
(あいあい ☎84-3316)

とき

▷10月7日(水) 午後2時～3時

▷10月14日(水) 午前11時～正午

ところ あいあい1階トレーニング室

スタッフ 健康運動指導士など

対象者 市内に住所を有する人
(中学生以下を除く)

定員 各回5人(先着順)

参加費 無料

持ち物など 室内用トレーニング
シューズ、タオル、動きやすい
服装

申込開始日 9月25日(金)

申込方法 健康福祉部健康推進室
へ電話または直接お申し込みく
ださい。

その他 中学生以下の子ども同伴
での利用はできません。

健康づくりのための料理講習会 ～骨粗しょう症予防食～

健康福祉部健康推進室
(あいあい ☎84-3316)

市食生活改善推進協議会による料理教室を開催します。

とき 10月26日(月)

午前9時30分～正午

ところ あいあい2階栄養指導室

対象者 市内に住所を有する人

定員 20人(先着順)

参加費 500円

持ち物 米100g、三角きん、エプロン、ふきん1枚、筆記用具

申込期間 9月25日(金)～10月19日(月)

申込方法 健康福祉部健康推進室
へ電話または直接お申し込みく
ださい。

離乳食教室

健康福祉部健康推進室
(あいあい ☎84-3316)

とき 10月28日(水)

午前9時30分～11時30分

ところ あいあい1階集団指導室

内容 主に生後5カ月～8カ月の
離乳食の作り方の説明と試食

対象者 市内に住所を有する乳児
の保護者、妊婦

定員 20人(先着順)

参加費 無料

持ち物 母子健康手帳、試食用小
皿、スプーン、エプロン、手ふき
用タオル、ふきん、筆記用具

申込期間 9月25日(金)～10月21日(水)

申込方法 健康福祉部健康推進室
へ電話または直接お申し込みく
ださい。

初心者向けトレーニング講習会

東野公園体育館(☎83-1888)

トレーニング機器の説明とお
悩みに応じたトレーニング方法
をアドバイスします。

とき 9月30日(水)

午前9時～正午

ところ 東野公園体育館トレーニング室

対象者 18歳以上の人

定員 20人(先着順)

参加費 100円

持ち物など 体育館シューズ、飲
み物、タオル、動きやすい服装

申込方法 参加費を持参の上、東野
公園体育館へお申し込みください。

歴史博物館からのお知らせ

10月の催し

歴史博物館(☎83-3000)

<企画展示室>

第25回企画展「鈴鹿関」(第1部「鈴鹿関を通る」)

とき 10月10日(土)～12月6日(日)

内容 国内に3カ所しかなかった重要な関のひとつ、鈴鹿関。第1部では、文献史料に基づき、奈良時代を中心に近世に至るまでの鈴鹿関の実像を解き明かします。

企画展示観覧料 無料

企画展講座～近世・近代の人々と鈴鹿関の記憶～

とき 10月18日(日) 午後1時30分～3時30分

ところ 歴史博物館講義室

内容 鈴鹿関がその痕跡すらなくなった時、人々が持っていた鈴鹿関の記憶がどのようなものであったのかを探ります。

定員 40人(先着順) 参加費 無料

申込方法 歴史博物館へ電話でお申し込みください。

<常設展示室>

常設展示「亀山市の歴史」

内容 亀山市の歴史を、縄文時代から現代まで、時代を追って展示します。

常設展示観覧料

一般:200円、児童・生徒・学生:100円

※小学生未満と70歳以上の人、心身障がい者とその介助者は無料

※毎週土・日曜日は小・中学生は無料

※毎月第3日曜日(家庭の日)は無料

開館時間 午前9時～午後5時(展示室への入場は午後4時30分までにお願いします)

※休館日…毎週火曜日、10月5日(月)～10月9日(金)(展示設営のため)

URL <http://kameyamarekihaku.jp>