

## 昼生ニコニコ教室 ～ボール体操～

きじゅえん  
亀寿苑在宅介護支援センター  
(☎84-1212)

とき 11月26日(木)  
午後1時30分～3時

ところ 昼生地区コミュニティセンター

対象者 市内在住のおおむね65歳以上の人や介護予防に関心のある人

参加費 無料  
※申し込みは不要です。

持ち物 上履き

## 関いきいき教室 転倒予防体操 ～転ばない身体づくり～

かおす  
華旺寿在宅介護支援センター  
(☎96-3131)

とき 12月11日(金)  
午前10時～11時30分

ところ 健康づくり関センター

内容 椅子に座ったまま安全に行える体操やレクリエーション

対象者 おおむね65歳以上の人

参加費 無料

持ち物など 上履き、タオル、動きやすい服装

申込期限 12月10日(木)

申込方法 華旺寿在宅介護支援センターへ電話でお申し込みください。

※開催時に健康チェックを行います。

## 板屋いきいき教室 転倒予防体操 ～転ばない身体づくり～

華旺寿在宅介護支援センター  
(☎96-3131)

とき 12月15日(火)  
午後1時30分～3時

ところ 林業総合センター

内容 椅子に座ったまま安全に行える体操やレクリエーション

対象者 おおむね65歳以上の人

参加費 無料

持ち物など 上履き、タオル、動きやすい服装

申込期限 12月14日(月)

申込方法 華旺寿在宅介護支援センターへ電話でお申し込みください。

※開催時に健康チェックを行います。



## 募集

### 県立四日市工業高等学校定時制 社会人の入学者募集

県立四日市工業高等学校定時制  
(教頭 土方 ☎059-346-3725)

県立四日市工業高等学校定時制は、社会人の入学を歓迎します。機械・自動車、電気・建築の分野から選択して学べます。

工業の技術や資格の取得に挑戦してみませんか。

☒ teiji@yokkaichi-th.ed.jp



### ●西野公園体育館 (☎82-1144)

曜日	午前	午後	夜間
月			テニス
火		卓球、	バドミントン
水		バドミントン、	バスケットボール ハンドボール
木		バスケットボール、	バドミントン
金		ソフトバレー	卓球、バドミントン
土			卓球、バドミントン
日			バスケットボール

個人使用デー 12月7日(月)～11日(金)

### ●東野公園体育館 (☎83-1888)

曜日	午前	午後	夜間
月			卓球、ニュースポーツ、バドミントン
火		卓球、	バドミントン ソフトバレー
水		バドミントン、	バスケットボール
木		バスケットボール、	バスケットボール バレーボール
金		ソフトバレー、	卓球、バドミントン
土		ニュースポーツ、	バスケットボール
日		バレーボール	卓球、バドミントン

個人使用デー 12月14日(月)～18日(金)

#### <施設利用時間>

午前	9:00～12:30 (12:00)
午後	13:00～17:30 (17:00)
夜間	18:00～21:30

※( )は関B&G海洋センターのプール

#### <施設利用料金>

一般	100円 (200円)
中学生以下	50円 (無料)

※( )は関B&G海洋センターのプール

### ●関B&G海洋センター (☎96-1010)

体育館 曜日ごとの競技種目の限定はありません。

個人使用デー 毎週水曜日

プール スイミングキャップの着用をお願いします(貸し出しは行っていません)。小学3年生以下の児童が泳ぐ時は保護者の付き添いが必要です。

個人使用デーは、団体の専用予約が入りません。それ以外の日は、専用予約が入ると個人使用ができませんので、事前に各施設へお問い合わせください。