

パパ・ママ教室 パパになる準備できていますか？

健康福祉部長寿健康づくり室
(あいあい ☎84-3316)

と き 11月30日(水)
午後1時30分～3時

ところ あいあい1階集団指導室

内容 沐浴実習、妊婦体験(妊婦シミュレーターの着用など)

対象者 市内に住所を有する妊婦とその夫

定員 12組24人(先着順)

参加費 無料

持ち物 母子健康手帳、バスタオル2枚、フェイスタオル1枚、ビニール袋(ぬれたタオルを入れるため)、筆記用具

受付開始日 10月17日(月)

申込方法 健康福祉部長寿健康づくり室へ電話または直接お申し込みください(申込時の簡単な質問にご協力ください)。

亀山学校 ～感染症について～

亀山在宅介護支援センター
(☎83-5920)

と き 11月10日(木)
午後1時30分～3時

ところ あいあい2階大会議室

講師 亀山 腎・泌尿器科クリニック
院長 堀 靖英さん

対象者 医療・介護・福祉や介護予防などに関心のある人

参加費 無料
※申し込みは不要です。

持ち物 筆記用具

はつらつ教室 転ばぬ先の杖を見つけようⅡ ～楽しくできる全身運動～

亀山在宅介護支援センター
(☎83-5920)

と き 11月17日(木)
午後1時～2時30分

ところ 井田川地区北コミュニティセンター

講師 亀山老人保健施設
理学療法士 樋口健一さん

対象者 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

認知症を一緒に考える集い ～認知症に関心を持とう～

亀山在宅介護支援センター
(☎83-5920)

と き 11月19日(土)
午前10時～正午

ところ 亀山老人保健施設1階

対象者 認知症について学びたい人や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 筆記用具



●西野公園体育館 (☎82-1144)

曜日	午前	午後	夜間
月	卓球、 バドミントン、 バスケットボール、 ソフトバレー		テニス
火			バドミントン
水			バスケットボール ハンドボール
木			バドミントン
金			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 11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、 バドミントン、 バスケットボール、 ソフトバレー、 ニュースポーツ、 バレーボール		卓球、ニュースポーツ、バドミントン
火			バドミントン ソフトバレー
水			バスケットボール
木			バスケットボール バレーボール
金			卓球、バドミントン
土			バスケットボール
日			卓球、バドミントン

個人使用デー 11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。