

あいあい運動教室 ～ストレス発散！有酸素運動～

健康福祉部長寿健康づくり室
(あいあい ☎84-3316)

とき

▷12月12日(月) 午後2時～3時30分

▷12月19日(月) 午後2時～3時30分

ところ あいあい2階大会議室

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30人(先着順)

参加費 無料

持ち物など 運動靴、飲み物、タオル、動きやすい服装

申込開始日 11月22日(火)

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。

その他 12月19日(月)午後2時～4時に、栄養相談も同時に実施します。希望する人はお申し出ください。

妊婦教室

健康福祉部長寿健康づくり室
(あいあい ☎84-3316)

とき 12月14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 母乳・お母さんの歯の健康・産後の生活についての話、参加者同士の交流

対象者 市内に住所を有する妊婦とその夫

定員 12人(先着順)

参加費 無料

持ち物 母子健康手帳

申込開始日 11月22日(火)

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。

※申込時に簡単な問診をします。

離乳食教室

健康福祉部長寿健康づくり室
(あいあい ☎84-3316)

とき 12月21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

11月22日(火)～12月13日(火)

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。



市展

第12回亀山市美術展 作品募集の案内

○今回から事前の申し込みが必要となります。

○事前申込期間 12月1日(木)～15日(木)

市では、美術水準の向上と市民文化の振興を目的に、第12回亀山市美術展(市展)を開催します。

今回から出品していただくにあたり、事前の申し込みが必要となりますのでご注意ください。

事前申込期間 12月1日(木)～15日(木)

※作品の搬入と出品料の支払いは、平成29年1月14日(土)の午前9時～正午になります。

事前申込方法

「第12回亀山市美術展作品募集のご案内」の出品申込書に必要事項を記入の上、出品申込書のみを市民文化部文化振興局文化スポーツ室へご提出ください。

▷郵送…〒519-0195 亀山市本丸町577

▷FAX…82-9955

▷Eメール…☒bunkasports@city.kameyama.mie.jp

※「第12回亀山市美術展作品募集のご案内」や出品申込書は、市役所や市内公共施設などにあります。また、市ホームページ(文化スポーツ室のページ)からもダウンロードできます。

第12回亀山市美術展 [検索](#)

※作品募集案内については、広報かめやま7月16日号に掲載しています。また、そのほか詳しくは、「第12回亀山市美術展作品募集のご案内」でご確認ください。

とき 平成29年1月25日(水)～29日(日)
午前10時～午後5時(29日は午後4時まで)

ところ 市文化会館・中央コミュニティセンター

展示作品 日本画、洋画、写真、書、彫刻・工芸の5部門で、審査の結果、入賞・入選した作品など

問合せ先

市民文化部文化振興局文化スポーツ室(☎84-5079)