

グリーンピア岩沼の運動教室について

- ★グリーンピア岩沼の運動教室は、お休みしても受講料を損しない参加券制です。
- ★運動教室への参加1回につき1枚の参加券をプール棟受け付けに提出してください。
- ★参加券は、プール棟受け付けにて1枚につき一般（65歳以上を含む）500円、高校生以下（未就学児童を含む）700円で交付しています。
- ★運動教室に参加する場合は、参加券のほか、施設使用料が必要です。
- ★運動制限のある方は、運動教室に参加できません。

森のプール「水泳教室」

目標や泳力に合わせて自由に選べる水泳教室を開催しています。無料の事前登録を済ませたら、都合に合わせて好きな教室に参加できます。祝日や繁忙期を除き、年間を通して開催していますので、忙しい方にもお勧めです。当日申し込み可、申し込み期限はありません。

〔成人対象〕

- 初學者水泳教室
【水曜日コース：19時～20時】
【金曜日コース：11時～12時】
- 成人水泳教室
【月曜日コース：14時～15時】
【木曜日コース：14時～15時】
【木曜夜コース：19時～20時】
【土曜日コース：10時30分～11時30分】
- クロール教室
【木曜日：10時30分～11時15分】
- 背泳ぎ教室
【水曜日：16時～16時45分】

- 平泳ぎ教室
【土曜日：15時～15時45分】
- バタフライ教室
【金曜日：16時～16時45分】

〔小学3年～6年生対象〕

- ◎小学生水泳教室
【月曜日コース：17時～18時】
【水曜日コース：17時～18時】
【木曜日コース：17時～18時】
【土曜日コース：16時～17時】

〔小学3年～中学3年生対象〕

- ◎小中学生上級水泳教室
【月曜日コース：18時～19時】
【水曜日コース：18時～19時】
【土曜日コース：17時～18時】

2月11日(木)は、祝日のため水泳教室はお休みです。



ダンスルーム 「スモールボールで健幸教室」

小型のバランスボールを使用したストレッチと筋力トレーニングの方法をご紹介します。

日時／水曜日 10時15分～11時30分
2月3日・17日・24日・3月2日・16日（全5回）
講師／(株)フクシ・エンタープライズ
石垣 寿大さん
対象者／成人の方
申込期限／3月16日(水)
申込方法／プール棟受け付けにて直接（当日申し込み可）



ダンスルーム 「ストレッチヨガ教室」

心をリラックスさせるストレッチや筋肉と神経のバランスを整えるヨガポーズをご紹介します。

日時／火曜日 10時15分～11時30分
2月23日・3月1日・8日・15日・22日（全5回）
講師／(株)フクシ・エンタープライズ
山舘 実佳さん
対象者／成人の方
申込期限／3月22日(火)
申込方法／プール棟受け付けにて直接（当日申し込み可）



里山散策日

- グリーンピア森の散策会
2月3日(水) ピアサンの日（里山保護活動）
2月10日(水) 定例散策
◆いずれも10時～12時
◆食菜館ひまわり前集合
- 森のサポーター
2月28日(日) 散策路案内（市民対象）
◆10時～12時
◆食菜館ひまわり前集合
◆参加料100円（保険料含む）

森のサポーターさんの
散策アドバイス
「ウサギのような「オオカメノキ」
の花芽を見つけよう!!」

申込・問／グリーンピア岩沼 ☎25-5122（月～金：9時～17時）

みんなのひろば

市民手作りの催しやサークル会員募集の情報などをお寄せください。原稿は**掲載希望月の前月1日まで**に内容と連絡先を明記して〒989-2480 桜1丁目6-20 さわやか市政推進課広報係 (☎22-2143 ✉kouhou@city.iwanuma.miyagi.jp)へ。
※提出された原稿が掲載できない場合もあります。

【掲載できない主なもの】

①政治・宗教・営利を目的とするもの。②同一団体(個人)の掲載は、1カ月以上の間隔をあけてください。(連続しての掲載はできません)

うんどろ サロン

ロコモティブシンドロームを予防しよう!

男女、年齢を問わず、曲に合わせて体を動かしませんか? 体操はテレビ画面を見ながら、できる簡単な体操です。

対象 / 介護認定を受けていない65歳以上の方

日時 / 2月3日(水) 13時30分~15時

場所 / やまぼうし (桜5丁目11-3)

参加費 / 500円

募集 / 10人

申込・問 / やまぼうし (☎23-2672)



女子サッカークラブ会員募集

女子のサッカークラブです。楽しく心地よい汗を流しましょう。体験入会もOKです。

対象 / ①小学生の部、②中学生の部、③大人の部 (高校生以上)

日時 / 毎週日曜日 9時30分~11時30分

場所 / 岩沼北中学校

入会金 / 2,000円 **月会費** / 1,000円

申込・問 / バンビーナ岩沼女子サッカークラブ

布田 (☎090-4883-3229)



BDFを利用した環境改善 活動スタッフを募集

毎月1回の資源収集日の午前に廃食用油を回収し、環境に優しい軽油代替燃料 (BDF) などのリサイクル活動や遊休農地に景観作物などを栽培する活動をしています。平成27年4月~12月の回収実績はドラム缶で52本相当です。

活動スタッフ、BDFの製造パートナー、BDFご利用の協力者を募集します。

申込・問 / いわぬまバイオ・リサイクルオイル協議会事務局 島津 (☎090-7796-7958)

人形劇団ひとみ座公演「美女と野獣」

~今、子どもたちに贈る人形劇ファンタジー~

愛とは? 強さとは? やさしさとは?

人形たちが演じる愛と成長の物語

日時 / 3月6日(日) ①14時~ ②18時~

場所 / 市民会館 中ホール

参加費 / 大人2,000円、4歳~高校生1,000円

プレイガイド / 市民会館、岡文

問 / 美女と野獣を岩沼で楽しむ会 (☎22-3814)

陸上競技公認審判員講習会について

日時 / 3月12日(土) 13時30分~

場所 / 総合体育館 2階会議室

対象 / 18歳以上で陸上競技に関心のある方および現在審判員をしている方

費用 / 宮城陸上競技協会登録料3,000円と岩沼市陸上競技協会年会費2,500円の計5,500円が必要となります

準備物 / 顔写真1枚 (4.2cm×3.6cm)、筆記用具

申込締切 / 3月3日(水) **申込先** / 総合体育館 (☎24-4831)

問 / 岩沼市陸上競技協会

佐々木 (☎090-3644-2995)、

吉田 (☎090-2158-6386)

朝日山探鳥会 (参加費無料)

日時 / 2月28日(日) 9時~11時30分頃

場所 / 朝日山公園

集合場所 / 朝日山公園第一駐車場 (9時集合)

持ち物 / 観察用具 (双眼鏡、図鑑など)、筆記用具

※観察用具を持たない方も気軽にご参加ください。

問 / 赤津 (☎23-2106)

岩沼ヨガ同好会 会員募集

創立35年、会員80人で「日々快適に!」をモットーにして体の動く限り頑張っています。ふと疲れを感じた時、そっと自然に癒してくれる「ヨガ」を体験しませんか。初心者の方も大歓迎です。

日時 / 毎週水曜日 10時~11時30分

場所 / 総合体育館

会費 / 月1,200円

申込・問 / 渡部 (☎22-0458)



ホッとひと息 介護者ほっとサロン

日々の疲れ、悩みなどを共有できるおしゃべりの場です。介護を担ってなくても、一人暮らしの方でもほんの少しの時間、外に出てみませんか? お待ちしています。

日にち / 毎月第3金曜日 (都合により変更有)

※2月は12日(金)になります。

時間 / 10時~12時

場所 / 土ヶ崎集会所和室

参加費 / 100円

問 / 坂本 (☎080-4363-7231)



岩沼市ジュニアソフトテニスクラブ (教室)

参加者募集

開催日 / 4月~10月、原則第1・2・3日曜日(第4・5振替有)

時間 / 13時~15時 (2時間)

場所 / 朝日山テニスコート (C・Dコート)

対象 / 市内の小学校4・5・6年生 (4月以降の学年)

募集人員 / 20人 (定員になり次第締め切り)

月会費 / 1,000円 (ボール代、スポーツ保険料、通信費などを含む)

申込先 / 総合体育館 (申込用紙に記入)

申込期限 / 3月9日(水)

指導内容等 / 初級: 基本的なサーブ・ストロークとルールなど (初めてラケットを握る生徒も対象)

上級: 技術的なことに加え、戦術的なことも学び、希望者は大会などにも出場する

問 / 岩沼市ソフトテニス協会事務局 村井 (☎23-3662)

自主映画上映会

日時 / 3月13日(日) ①10時 ②14時 (2回上映)

場所 / 岩沼西公民館 集会室2階

上映作品 / 日本と原発~私たちは原発で幸せですか~

(監督: 河合弘之 弁護士)

参加費 / 300円 **主催** / 放射能から岩沼を守る会

問 / 小川 (☎090-5555-0756)

✉eizobach@ta2.so-nef.ne.jp)