

催し

温水プール教室を開催します

温水プールを活用した教室を次のとおり開催いたします。教室は水中の特性を活かした有酸素運動で、無理なく効果的にできるプログラムで、各講座の希望する日に、ご利用いただけます。

■場所

竜崎温泉温浴プール

■時間

いずれも午後2時～2時40分

①やさしいアクアビクスコース

水中でリズムに合わせて軽快に手足を動かすコース

■日程

12月22日(火)

②燃やそう！体脂肪コース

アクアミットを利用し、ダイナミックに体を動かすコース

■日程

12月2日(水)・9日(水)・10日(木)・17日(木)

③スリムアップコース

筋力をつけるため、ボールやヌードル、ビート板を用いて体を動かすコース

■日程

12月4日(金)・18日(金)

◎運動の後はジャグジーで心も体もリラックスできます！

※各講座とも参加料は無料ですが、プール施設利用料が必要です。

■問い合わせ 介護保険課  
☎0820(77)5530

干支ちぎり絵一日講習会

来年は「庚(かのえ)寅(とら)」年。手すき和紙を使って作ってみませんか。

初めての方でも、その日に仕上げる事ができるよう丁寧に指導します。

■日時・場所

・12月2日(水)午後1時30分～橘総合センター

・12月5日(土)午後1時30分～久賀総合センター

■講師

和紙ちぎり絵講師 岡村てる先生

■教材費

1セット(2枚組、ミニサイズ付)2100円

■持参するもの

のり、ハサミ、筆記用具

■申し込み締め切り

11月24日(火)

■申し込み・問い合わせ

橘総合センター

☎0820(77)0100

久賀総合センター

☎0820(72)2271

海上自衛隊音楽隊によるクリスマスコンサート

海上自衛隊呉音楽隊によるクリスマスコンサートを開催します。

■日時

12月6日(日)

開場 午後1時から

開演 午後2時～4時

■場所

シンフォニア岩国

■申し込み方法

往復ハガキに1名または2名様までの名前、住所、電話番号を記入し、応募してください。

※応募ハガキはお一人様1枚に限定します。

■応募先

〒740-8555

海上自衛隊第31航空群

クリスマスコンサート係

■締切日 11月25日(水)必着。

※応募者多数の場合は抽選します。

※ご記入いただいた個人情報には、応募に必要な目的以外には使用しません。

■問い合わせ

岩国航空基地広報室

☎0820(22)3181

(内線6232)

ちっちゃなイルミネーションフェスティバル

■日時

12月5日(土)

午後4時～

■場所

(雨天中止の場合有り) おげんきクリニック駐車場(田舎美術館において作品展の開催も予定しています。)

■主催

ちっちゃなイルミネーションフェスティバル実行委員会

※演奏・踊り・歌等出演者を募集しています。申し込み・問い合わせは、11月20日(金)までに、周防大島町商工会大島支所(☎74-2012、ファックス74-2631)までお願いいたします。

申し込み多数の場合は、実行委員会にて出演の選考をさせていただきます。

特設人権相談所

- ◆日時 12月4日(金) 午前9時30分～正午
- ◆場所 大島庁舎
- ◆相談内容 法律、人権、土地、家屋、金銭貸借、離婚などあらゆる生活上の心配事
- ◆相談員 人権擁護委員  
※相談内容については秘密を厳守します。お気軽にご相談ください。

○人権擁護委員の委嘱

10月1日付けで法務大臣から中元みどりさん(小松)が委嘱されました。

人権擁護委員は、すべての人権問題について、必要な助言や関係官公署を紹介するなど、正しい権利を持っている人が泣き寝入りしなくていよう解決の手助けをします。

◆問い合わせ 福祉課 ☎0820(77)5505