

子どもの福祉向上のため

家庭児童相談を

ご利用ください

子どもの学校生活や養育に関する悩みなど、お気軽にご相談ください。

●巡回児童相談

北児童相談所の専門相談員が相談に応じます。

期日 5月21日、7月16日、9月24日、11月12日、2月4日(全て木曜日)

場所 トライあんぐる

申し込み 市の家庭相談員へ

電話で

※相談日や場所は変更となる場合がございますので、申し込み時に確認してください。

●家庭相談員による相談

市の家庭相談員が電話や面談で相談に応じます。

日時 月～金曜日

午前8時30分～午後4時45分
場所 子育て支援課

(市役所本庁舎2階)

問合せ 子育て支援課

☎89・2955



さまざまな競技が行われます

第18回県障害者スポーツ大会

期日/内容/会場

●8月22日(土)

一般卓球/秋田テルサ
サウンドテニス
秋田県心身障害者
総合福祉センター

ポッチャ

●9月5日(土)

水泳/県立総合プール
アーチェリー
秋田県勤労身体障害者
スポーツセンター

ボウリング

●9月26日(土)

陸上競技
県立中央公園陸上競技場
フライングディスク
県立中央公園球技場

申し込み

4月下旬に福祉課

窓口などへ関係書類を配置

問合せ

福祉課

☎018・864・2750

☎89・2152

秋田県障害者スポーツ協会
福祉課

楽しくからだを動かしてみませんか
アリナススポーツ教室

●アクア体操

・火曜コース (5月12日、19日、26日)
・金曜コース (5月15日、22日、29日)

費用 1,000円

時間 午後1時30分～2時20分または
午後2時30分～3時20分

定員 20人

申し込み 4月20日(月)までにフロントへ

●バランスボールエクササイズ

・木曜コース (5月14日、21日、28日)
・金曜コース (5月15日、22日、29日)

時間 午前10時30分～11時30分

定員 20人

費用 1,000円

申し込み 4月20日(月)までにフロントへ

●メタボ予防運動教室 (毎週月曜全8回)

期日 5月11日、18日、25日、6月1日、
8日、15日、22日、29日

時間 午後1時30分～3時30分

定員 12人

費用 2,600円

申し込み 4月30日(木)までにフロントへ

問合せ アリナス☎54-9200

スポカルきみまち便り

🕒 日時 📍 場所
👤 対象 🏠 費用

☎090-8785-8823

毎週火曜 ウォーキングで元気講座

🕒 4/14～7/21 10:00～11:20
📍 ニツ井町総合体育館 👤 成人
¥ 会員1,200円 非会員2,000円

毎週水曜 メタボ予防改善ウォーキング

🕒 4/15～7/22 19:30～20:30
📍 ニツ井町総合体育館 👤 成人
¥ 会員1,600円 非会員2,500円

毎週水曜 筋肉貯筋運動教室

🕒 4/15～7/22 10:00～11:30
📍 ニツ井町総合体育館 👤 60歳以上
¥ 会員1,600円 非会員2,500円

毎週木曜 脂肪燃焼系ボクシング・フィットネス

🕒 4/16～8/27 20:00～21:00
📍 ニツ井町総合体育館 👤 成人
¥ 会員1回100円 非会員1回500円

毎週金曜 らくゆる健康体操教室

いすに座って体を伸ばしたりストレッチ
ポールで体を揺らしたりします。
🕒 4/17～7/17 10:00～11:00
📍 ニツ井公民館 👤 70歳以上
¥ 会員1,700円 非会員2,800円

毎週月曜 ストレッチポール教室

🕒 5/11～7/20 19:00～19:50
📍 ニツ井町総合体育館 👤 成人
¥ 会員1,800円 非会員3,000円

2・4木曜 シニア・体コンディショニング教室【新】

🕒 5/14～7/9 10:00～11:00
📍 ニツ井公民館 👤 60歳以上
¥ 会員600円 非会員1,000円