

休日当番医変更のお知らせ

4月1日号でお知らせした内容について下記のとおり変更します。

- **P11 内科（変更後）**
- 5月2日(日) むらた循環器内科 (☎ 39-8660)
- 5月4日(祝) 中村内科胃腸科 医院 (☎ 84-3131)
- 5月5日(祝) はりま内科胃腸科 (☎ 83-2425)

☎健康増進課 (☎ 71-1814)

募集・試験

手話奉仕員養成講座（入門編）

- **日時** 6月1日(火)～11月30日(火) 19:00～（全20回）
 - **場所** 中央福祉センター
 - **受講料** 無料
（テキスト代として3,300円）
 - **定員** 30人（先着順）
 - **申込期限** 5月14日(金)
 - **申込方法** 電話またはFAX
- ☎・🌐市社会福祉協議会山陽支所
(☎ 72-1813 🌐 73-2260)

薬草による健康づくり講座

- **日時** 5月22日(土)～2月19日(土) 10:00～（全10回）
 - **場所** 江汐公園 ほか
 - **参加料** 5,000円（保険料含む）
 - **定員** 30人程度（先着順）
 - **申込期限** 5月12日(水)
 - **申込方法** 電話、FAX、E-mail
- ☎・🌐すげえちゃ・高泊事務局
(☎ 080-6267-4141 森下
🌐 81-5465) ✉sugeecha.takatomari.2013@gmail.com

訂正

4月1日号でお知らせした内容について下記のとおり訂正します。

- **P14「4月の各種相談」**
- **心配ごと相談**
正) 9:30～11:30

こくほシェイプアップジム受講生募集

- **対象** 30歳から74歳までの市国民健康保険加入者
- **定員** 各20人（いずれも応募多数の場合は抽選）
- **費用** 1,000円（全8回分）
- **申込期限** 5月14日(金) 17:00（必着）
- **申込方法** はがき、FAX、E-mailに郵便番号、住所、氏名、生年月日、日中連絡の取れる電話番号、希望する教室の番号を記入し提出（電話でも可）



①こくほシェイプアップジム@スポーツコア

- **日時** 6月中の希望する時間帯で受講 ※平日は9:30～22:30（木曜日は定休日）、土・日曜日、祝日は10:00～20:00です。
- **場所** スポーツコアアルファ（高栄三丁目）
- **内容** 器具を使った筋力アップ運動、エアロビクス等のスタジオメニュー

②こくほシェイプアップジム@ゼロワン

- **日時** 6月中の希望する時間帯で受講（初回のみ要予約）
※平日は10:00～22:00（水曜日は定休日）、土曜日は10:00～21:00、日曜日は10:00～15:00です。
- **場所** ASAトレーニングジムゼロワン（寝太郎町二）
- **内容** 器具を使った筋力アップ運動、ストレッチ、ヨガ教室等

③こくほシェイプアップジム@カーブス〈女性限定〉

- **日時** 6月中の希望する時間帯で受講（要予約）
※平日は10:00～13:00および15:00～19:00（日曜日、祝日は定休日）、土曜日は10:00～13:00です。
- **場所** カーブス（おのだサンパーク内）
- **内容** 器具を使った筋力アップ運動、ストレッチ等

☎・🌐〒756-8601 山陽小野田市役所 国保年金課
(☎ 82-1189 🌐 82-1210)

アーチェリー教室参加者募集

- **対象** 市内在住または在職で小学生以上の人
（小中学生は保護者同伴）
 - **日時**
 - 昼の部 5月16日～6月13日の毎週日曜日 10:00～12:00
 - 夜の部 5月11日～6月15日の毎週火曜日 19:00～20:30
 - **場所** 市アーチェリー場
 - **参加料** 2,000円（保険料含む）
 - **定員** 各10人（先着順）
 - **申込方法** 電話または窓口
 - **申込期限** 4月28日(水)
- ※運動のできる服装でご参加ください。
- ☎・🌐体育協会事務局（文化スポーツ推進課内）☎ 82-1116

初心者バドミントン教室・
初心者テニス教室参加者募集

- **対象** 市内在住または在職の人
 - **日時**
 - バドミントン
5月19日～10月27日の毎週水曜日（8月を除く）
9:30～11:30
 - テニス
5月18日～10月26日の毎週火曜日（6月8日および8月を除く）
9:30～11:30
 - **場所** 市民体育館
- ※テニス教室の最終2回は江汐公園で実施します。
- **参加料** 4,000円（保険料含む）
 - **定員** 各30人（先着順）
- ☎体育協会事務局（文化スポーツ推進課内）☎ 82-1116