

# イベント・募集



## 第1期 ストレッチ感覚の ヨガ体操講座 参加者募集

美容と健康のためにヨガ体操をはじめませんか。ストレッチで筋肉を伸ばし、ヨガの特徴である呼吸法を練習して、全身の血流を整え新陳代謝機能を改善し自律神経のバランスを整えます。(講師:永留 順子さん)

**日程** = 5月22日(月) ~ 7月31日(月)の毎週月曜(7月17日(月・祝)を除く)、全10回

**時間** = (A) 午前 10時~11時15分、  
(B) 午後 13時~14時15分

**場所** = 市民交流館(高田町)

**定員** = (A) (B) 各15人

**費用** = 受講料5,500円

**対象** = 市内在住・在勤の成人で、ヨガ初心者・身体の硬い人・ヨガに興味のある人(妊娠中の方はご遠慮ください)

**申込・問合せ** = 住所・名前を記入した官製ハガキを持って、4月15日(土)~26日(水)の9時~17時に、市民交流館(☎51-1155)窓口へ。郵送の場合は、往復ハガキに、住所・名前(ふりがな)・性別・年齢・電話番号・受講時間(A)か(B)を記入して、4月26日(水)必着で、市民交流館(〒639-1132 高田町92-16)へ。

※定員を超えた場合は、4月27日(木)に抽選し、結果をハガキで通知。

※申し込みが10人以下の場合は、開講を見合わせる事があります。



## 食の語り部プロジェクト 「まちなかティーサロン」

知って得する食の知識・野菜を摂取することについて、「食の語り部」を中心に座談会を開きます。コーヒー・ケーキで午後のひと時を(要申込)。

**日時** = 4月28日(金) 13時~

**場所** = 良い食品処「さとなか」(豆腐町)

**定員** = 20人(申し込み先着順)

**参加費** = 500円

**問合せ** = 事務局・里仲(☎52-2218) (地域振興課)



## スポーツするなら 九条スポーツセンターで!

### ◆プール利用案内

**利用時間** = 9時~20時30分(最終入場は、20時まで)

**利用金額** = ※子どもは4歳~中学生<1回券>

大人610円・子ども300円

<回数券>(11枚綴り)

大人6,170円・子ども3,080円

<定期券>(1ヶ月間有効)

大人4,930円・子ども2,460円

※利用には、水泳帽が必要です。

### ◆トレーニングコーナー利用案内

**利用時間** = 9時~21時(入場は、20時まで)

**利用金額** = 1回券510円、回数券5,140円(11枚綴り)、定期券4,110円

※高校生以上のみ利用できます。

※利用には室内シューズが必要です。

### ◆「プライベートレッスン」・「パーソナルトレーニング」のお知らせ

担当のインストラクターがマンツーマンで指導します。内容・時間は、インストラクターと相談して決定します。

目標達成に向けてチャレンジしてみませんか?

#### ・プライベートレッスン<プール>

**対象** = 4歳~大人/1回30分

**費用** = 1,620円~

※別途、入場料が必要です。

※兄弟姉妹や友人と複数名で受けることも可能です。

#### ・パーソナルトレーニング

<トレーニングコーナー>

**対象** = 高校生以上/1回60分

**費用** = 1回3,240円

※別途、入場料が必要です。

#### ◆共通

**詳細・問合せ** = 九条スポーツセンター(☎52-1245)



## 里山の駅「風とんぼ」 イベント 参加者募集

~ゆう・ゆう・ゆう・うだひろば~  
「親子でつくろう!遊べる折り紙」

折り紙細工・ペーパークラフト・バルーンアートなど。

**日時** = 5月4日(木・祝) 10時~11時30分

**場所** = 里山の駅「風とんぼ」(旧少年自然の家)(矢田町)

**対象** = 幼稚園児・小学生とその保護者(ハサミを使います)

**定員** = 50人(申し込み先着順)

※定員になり次第、締め切ります。

**参加費** = 1人300円(保険代含む)

**申込・問合せ** = 里山の駅「風とんぼ」(☎53-7290)



## 第12回 奈良公演 日本民謡 ・民謡愛好者フェスティバル

近畿各地から121ステージ。その魅力に迫る。

民謡・民舞・新舞踊・詩舞・銭太鼓等の実力ある出演で、聞きごたえ、見ごたえがある新しいスタイルの舞台発表です。(入場無料・全席自由)

**日時** = 5月6日(土) 10時~17時

**場所** = DMG MORI やまと郡山城ホール 大ホール

**問合せ** = 長谷(☎56-6008)

(生涯学習課)



## 郡山城天守台展望施設 完成「結びの祝典」

郡山城の天守を「支え」てきた天守台の上で、元服・結婚・金婚、それぞれの人生の節目の思い出をとみに結びます。

※参加募集は終了していますが、天守台園路からの見学は自由です。

**日時** = 4月22日(土) 9時45分~

※荒天時は内容変更や中止の場合があります。

**場所** = 郡山城天守台

**問合せ** = 都市計画課(内線635)

