

イベント・教室 案内

そうだ!! 木に登ろう!!!  
ツリークライミング®体験会  
~木と友達になって、空から街を見よう~

樹上の世界をまだ知らない?  
じゃあ、登っちゃおう!  
専用のロープで、誰でもできる木登りです。  
自分の力、ペースで登れるので勇気、自信、満足感が  
味わえます。  
ツリークライミング® ジャパンの公認インストラク  
ターが指導するので、安全です。



- 開催日 7月7日(日)
  - 時間 ① 10:00 ~ 11:30  
② 12:30 ~ 14:00  
③ 14:30 ~ 16:00 (各回定員7名)
  - 場所 片曾根山森林公園 (船引児童館隣)
  - 対象者 小学生以上
  - 参加料 無料
  - 服装 動きやすい服装、運動靴
  - 参加申込 当日会場で受け付けます(保険加入手  
続きのため、未成年の参加者は保護者の  
サインをいただきます)
- ☎船引公民館 ☎82-1133

船引駅2階

スポーツクラブ「コミスポ」  
多彩なメニューと新たなマシンで運動しませんか?

船引駅に併設されているコミスポ(船引駅2階)では人工芝エリア、ダンベル・バーベルトレーニングエリアなどを新たに導入しました。また、トレーニングマシンも新しく入れ替え、皆さまの体力作りをサポートしています。初めての方も大歓迎ですので、ぜひご利用ください。

- 営業時間  
火曜日~金曜日 午前 10:00 ~ 午後 9:30  
土・日曜日 午前 10:00 ~ 午後 6:00  
毎週月曜日休館

●利用料金 (価格はすべて税込みです)

当日券	500円
回数券(11回分) ※有効期限 令和3年3月末日	5,000円
1ヶ月定期券(30日間)	4,000円
3ヶ月定期券(90日間)	11,000円
6ヶ月定期券(180日間)	20,000円
団体(15名以上) 当日券	1人400円



▲豊富なトレーニングマシン



▲人工芝運動エリアでのびのび運動

☎スポーツクラブ コミスポ ☎81-2130  
産業部 商工課 ☎82-6677

6月は食育月間!  
食育キャンペーン

6月の「食育月間」にちなんで「食育キャンペーン」を開催します。  
野菜や食塩の1日の望ましい量の展示や食に関する楽しいゲームもあり  
ます。家族でぜひご参加ください。

- 日時 6月16日(日) 午前10時~正午
- 会場 ふあせるたむら (田村市船引町船引字遠表143番地)
- 内容 ・食育体験コーナー(野菜350g詰めましようゲーム(ほか))  
・食育リーフレットの配布  
・バランスのよい食事、食品の塩分量の展示や体験
- 共催 県中保健福祉事務所 田村市食生活改善推進協議会
- 協力 JA福島さくら

※食育月間・食育の日:食育基本法に基づく「食育推進基本計画」に  
より「毎年6月は食育月間」「毎月19日は食育の日」と定められました。

子宮頸がん・乳がん検診  
無料クーポン券事業

- 対象年齢  
子宮頸がん…21歳  
乳がん…41歳  
※対象者の方へ個別に郵送します。  
※転入された方は、以前お住まいの  
市町村が発行したクーポン券と  
当市のクーポン券を引き換えます  
ので、保健課までお越しください。  
※若い方の子宮頸がんが増えています。  
無料の検診機会をぜひご活用ください。

●問い合わせ  
保健福祉部 保健課 ☎81-2271

運動サロンで元気な体と仲間づくり

まもなく、市内60カ所へと広がる集いの場所「運動サロン」。  
令和1回目の運動サロン交流イベントは、楽しい脳トレで  
笑いながら、活動の中心となる筋力モリモリ体操を正しく、  
効果的に実践出来るようにご案内致します。ご自身の健康  
づくりや運動サロンに興味がある方、また、運動サロン参  
加者の方はもちろん、いきいきサポーターの方もぜひご参  
加下さい。

- 日時 6月24日(月)

時間	内容	対象者
① 10:00 ~ 11:30	中級編 ※運動にやや慣れた方向け 脳トレ、レクのバリエーション増やし、 元気筋力モリモリ体操の理解を深めよう	・運動サロン参加者 ・いきいきサポーター ・レクリエーション指導者 など
② 13:00 ~ 14:30	初級編 楽しく脳トレ体験・元気筋力モリモリ体操	・これから運動を始めたい方 ・運動サロンに興味がある方 ・運動サロン参加者 など

※①、②両方に参加することもできます。

- 場所 市役所 多目的ホール
  - 定員 先着50人
  - 申込方法 保健福祉部 高齢福祉課に電話でお申し込みください。
  - 申込期限 6月20日(木) 午後5時まで
  - 準備物 動きやすい服装、水分補給用の飲み物
- ☎保健福祉部 高齢福祉課 ☎82-1115

担当講師 株式会社ルネサンス



健康運動指導士  
佐藤 圭太さん



介護予防運動指導員  
田中 俊也さん

※講師は変更になる場合がございます。

広告欄 Advertisement

たむら市政だより広告(有料)募集中

- 掲載位置 表紙・裏表紙を除く各ページの最下段  
所定の申込書に広告原稿を添えて提出
- 申込方法 1号広告…縦45.5mm×横170mm  
2号広告…縦45.5mm×横82.5mm
- 規格 1号広告…20,000円(1回)  
2号広告…10,000円(1回)
- 広告料 各号発行日(毎月1日)の20日前まで  
詳しくは、経営戦略室 ☎81-2117へ
- 締め切り
- その他

まごころありがとうございます

次の方から市に寄付をいただきました

- ◆大橋 健二さん・京子さん(大越町) 物品
- ◆花と緑であふれるときわづくり  
実行委員会(常葉町) 物品