

かると

市民プール『らくあ』からのお知らせ

明るく心地よい空間の中で、楽しく健康づくりを行う『らくあ生活』をあなたもはじめてみませんか。

◎水中運動教室の参加者を募集！

申し込み・問い合わせ
市民プール『らくあ』（☎055588）

火	水	木	金	土
元気アップ 10時30分～12時	アクアピクス 11時～12時	らくらくシェイプアップ 10時30分～12時	元気アップ 10時30分～12時	—
アクアピクス 13時～14時	らくらくシェイプアップ 13時～14時30分	アクアピクス 13時～14時	—	アクアピクス 13時～14時
予防改善 14時15分～15時45分	リハビリ 14時45分～16時15分	予防改善 14時15分～15時45分	リハビリ 14時45分～16時15分	—
アクアピクス 19時30分～20時30分	ボディシェイプアップ 19時30分～20時30分	アクアピクス 19時30分～20時30分	アクアピクス 19時30分～20時30分	アクアピクス 19時～20時

◎水泳教室の参加者を募集！

わくわくキッズ水泳教室	3・4歳児	毎週水曜日	16時～17時30分
	5・6歳児	毎週木曜日	16時～17時30分
マーメイド（婦人）水泳教室	クロール・背泳ぎ・平泳ぎのマスター	毎週水曜日	10時30分～12時
マスターズ（一般）水泳教室	初心者	毎週水曜日	19時～20時30分
	クロール・背泳ぎ・平泳ぎのマスター	毎週水曜日	19時～20時30分



◎エアロピクス・フィットネス教室の参加者を募集！

やさしいエアロピクス教室	毎週金曜日	13時～14時
		18時15分～19時15分
やさしいフィットネス教室	毎週土曜日	17時30分～18時30分

▶参加料 水中運動教室、水泳教室…1教室月額2,000円、エアロピクス・フィットネス教室…1教室月額2,500円

※各教室とも、別途入館料がかかります。

▶申し込み 水中運動教室…随時、水泳教室、エアロピクス・フィットネス教室…3月7日(水)から12日(日)までに電話で申し込み

- ▶定員 水中運動教室…各30人（申込順）、水泳教室、エアロピクス・フィットネス教室…各20人（多数の場合は抽選）
- ▶対象 市内に居住する方

広報からのお知らせ

市は、市民参加の広報紙づくりを進めるため、市民の皆さんを対象に、広報紙へのご意見やご感想をお聞きする『広報モニター』やご自身の知りたいことをテーマに取り組んでいただく『広報市民リポーター』を募集します。

◎広報モニターの募集

- ▶モニター期間 5月～平成19年3月
- ▶対象 市内に居住する方
- ▶定員 5人
- ▶内容 『広報のぼりべつ』に対するご意見やご感想を、毎月、所定の調査票に記入し、提出していただきます

◎広報市民リポーターの募集

- ▶対象 市内に居住する方
- ▶定員 6人
- ▶内容 テーマを決め、取材と記事の作成をしていただきます（取材には広報担当職員が同行します）

応募方法は、住所、氏名、年齢、性別、職業、電話番号をご記入の上、3月24日(金)までに、はがきまたは封書、ファクス、Eメールでご応募ください。なお、報酬はありません。

市内で活動している団体やサークルを紹介する『仲間たち』のコーナーを、活動している皆さんで活動内容やご自分の仲間たちを紹介してみませんか。

なお、過去3年以内に『仲間たち』のコーナーで紹介された団体やサークルはご遠慮ください。

また、政治や宗教、営利を目的としている団体などはご遠慮ください。

日々の暮らしの中で感じたことやまちを良くするための提案、市への疑問や意見など、『ちょっとひとこと』のコーナーで、皆さんの声を掲載しています。

皆さんも感じたことや訴えたいことを掲載してみませんか。

なお、個人や団体への中傷、営利を目的としたお話はご遠慮ください。

また、紙面上では匿名でも、住所、氏名、電話番号をお知らせください。

申し込み・問い合わせ

情報推進グループ ☎059-8701 中央町6丁目11

☎056586・FAX051108

Eメール：pr@city.noboribetsu.hokkaido.jp