

明日のまちづくり事業

健康づくりは歩くことから

～きらり健康ふれあいウォーキング～

走行距離や消費カロリー、ビューポイントを盛り込んだウォーキングマップを手に、安全で手軽にできる健康法『ウォーキング』と『ノルディックウォーキング』を学びませんか。

【ウォーキング講習】

月日	時間	集合場所 ()内は雨天時	定員
6月9日(水)	9時～12時	市営陸上競技場駐車場 (市民会館中ホール)	各50人
6月27日(日)	9時～12時	市民会館駐車場 (市民会館中ホール)	
7月15日(木)	9時～12時	総合体育館駐車場 (総合体育館)	

※ウォーキング講習を受けた方は、8・9月に開催予定のノルディックウォーキング講習を受講できます。

▶参加料 50円(傷害保険料、当日持参)

▶持ち物 運動靴・タオル・帽子・飲料水

▶申し込み

5月14日(金)～25日(火)の
9時～17時に
社会教育グループ
(☎01129)



市民活動のご相談をお受けします

市民活動の支援拠点・市民活動センター『のぼりん』は、市民活動での課題や悩みごとについて、専門の相談員が無料でご相談をお受けします。

▶相談内容

- ①これから市民活動をしたいと考えている方
 - ボランティア活動や市民活動団体のご紹介
 - 市民活動団体やNPO法人設立に関するご相談
- ②現在、市民活動を展開されている方
 - 市民活動団体運営のご相談
 - 補助金・助成金に関する情報提供
 - 市民活動団体間の連携を必要とする場合の情報提供
 - そのほか、団体の活動を行う上で必要な情報について

▶相談日時 毎週木曜日

(祝日、12月31日～
1月5日を除く)
15時～18時

▶場所 市民活動センター『のぼりん』
(緑町1丁目)



問い合わせ

市民活動センター (☎06866)

政策推進グループ (☎0651122)

と な り ま ち .. ホ ッ ト ラ ン

白老町

『ホロホロ山、山開き登山』 参加者募集

- ▶対象 小学3年生以上の方
 - ▶日時 5月30日(日) 7時～15時(荒天中止)
 - ▶集合場所 白老町役場駐車場
※6時50分まで受け付け。
 - ▶持ち物 弁当、飲み物、一般的な登山装備(雨具・着替え・帽子・軍手・登山靴)など
 - ▶参加料 700円(保険料ほか)
 - ▶定員 50人(申込順)
- ※詳しくは、お問い合わせください。
▶問い合わせ 白老山岳会 佐藤さん
(☎0144032888)

室蘭市

コンサドーレ札幌 VS 大分トリニータ

- 当日は、室蘭・登別・伊達市の名物が集まる『スタジアムグルメ』を開催。
- ▶日時 5月16日(日) 13時キックオフ
 - ▶場所 入江運動公園陸上競技場
 - ▶料金(前売り) S指定席4,000円、S自由席(大人)2,800円、B自由(大人)1,800円、小・中学生自由500円
 - ▶チケット販売所 ローソン、サンクス、セブンイレブン、JRみどりの窓口ツインクルプラザなど
 - ▶問い合わせ 北海道フットボールクラブ (☎011-858-5310)

伊達市

今年も始まります！ 『だて軽トラ日曜朝市』

- 伊達市は、『食を通じたまちおこし』に向け、地産地消の推進、地域の活性化、にぎわいと活気のある街づくりのため、昨年に引き続き『だて軽トラ日曜朝市』を開催します。
- ▶日時 5月9日～10月24日の毎週日曜日 8時30分～9時30分
 - ▶場所 道の駅 黎明観前交流広場
 - ▶内容 多彩な野菜などの一次産品とその加工品の対面販売(販売品は地元物産)
 - ▶問い合わせ 伊達市農務課
(☎014223331)