

高齢者のための 各種運動教室（後期）参加者募集のお知らせ

◎呼吸法を取り入れた運動教室（一般高齢者コース）

対象者 65歳以上で、身体機能維持に意欲のある方で、継続的に参加できる方。

内容 呼吸を意識した運動実技
○ 正しい姿勢を維持するためのストレッチ体操
○ 呼吸を意識したウォーキング ほか

講師 健康運動指導士

◎呼吸の機能訓練（呼吸機能に不安のある高齢者コース）

対象者 65歳以上で、呼吸器症状（息切れなど）により日常生活に不便を感じている方で、継続的に参加できる方。

内容 呼吸器のリハビリを取り入れた運動療法

講師 理学療法士

	運動教室	機能訓練
日程	月2回（火曜日）	毎週水曜日
受付	13:00～13:30	9:30～10:00
時間	13:30～15:00	10:00～11:30
場所	町民文化センター 1階展示ホール	

※初回は、**10月8日（水）9:30～10:00 受付**で、呼吸法各コース合同の体力測定を行います。

◎火曜体操会（介護予防・転倒骨折予防事業）

対象者 65歳以上で、ストレッチを中心とした体操教室に継続的に参加できる方。

内容 立位・座位での軽い運動、みんなの体操 ほか

日時 10月7・14・28日（火） 10:00～11:00

（受付 9:30より）



※11月以降は参加時に日程表をお渡しします。

場所 町民文化センター 1階展示ホール

講師 健康運動指導士

申込み 10月1日（水）までに高齢介護係（地域包括支援センターTEL 83-1191）へお申込みください。

※共通事項 何らかの疾病で医師の指導を受けている方は、医師に運動の是非を確認のうえ、ご参加ください。

【福祉課 TEL 83-1226】

町民文化センター自主事業 スーパー雑技ショー「超人」公演

町民文化センター自主事業（学校公演）として、スーパー雑技ショー「超人」公演を行います。

客席に余裕がありますので、町民の方で観覧ご希望の方は町民文化センターでチケットを購入してください。

日時 10月16日（木） 14:00 開演

場所 町民文化センター 大ホール

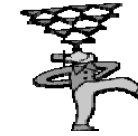
入場料 1,000円（指定席）

チケット発売場所 町民文化センター 1階事務室

9月24日（水）～ 9:00～17:00 ※月曜日は除く

問合せ 生涯学習係（町民文化センター）TEL 83-7021

【教育課 TEL 83-7021】



第10回町民ソフトテニス大会参加チーム募集

日時 10月26日（日）9:00～ ※小雨決行

場所 寄テニスコート（TEL 89-2960）

対象者 町内在住、在勤の中学生以上の方

登録 ◎自治会および町内事業所単位でチーム編成

※自治会単位でチーム編成できない場合

・・・隣接する自治会との合同出場可

※事業所単位でチーム編成できない場合

・・・隣接する自治会との合同出場可

◎チーム編成は6名とする

◎団地でチーム編成ができない場合は、個人参加でも可

ルール ①平成20年度日本ソフトテニス連盟制定ルール

②原則として男女混合ペアの3組による団体戦

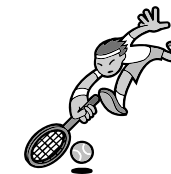
試合方法 トーナメント方式で7ゲームマッチ

（参加チーム数によりリーグ戦に変更あり）

申込期限 10月6日（月）まで

※申込み受付は月～金曜日 9:00～17:00

申込み・問合せ 町体育協会（TEL・FAX 83-6600）へお申込みください。



同報無線が聞き取れなかった方へ

同報無線でお知らせした内容は、一般電話でもお知らせしていますので、ご利用ください。

電話番号 0120-04-1221

【庶務課 TEL 83-1221】



松田町のスポーツギネスに挑戦参加者募集

秋空の下、遊びを取り入れた様々なスポーツを行いタイム、回数、距離などの記録による松田町のスポーツギネスブック登録にチャレンジしてみませんか。

日時 10月5日（日） 9:00～12:00

場所 松田中学校グラウンド

※雨天の場合は、松田中学校体育館 ほか

主催 町体育協会スポーツ少年団

対象 幼児～大人の方まで誰でも参加できます。

内容 ・年齢別簡単な体力測定
・風船リフティング落とさんゾー
・シューズを飛ばすゾー
・フリスビーを投げてキャッチするゾー ほか

問合せ 松田町スポーツ少年団（北島） TEL 82-0585

【教育課 TEL 83-7023】



町制100周年オリジナル年賀はがきの販売

松田町は、平成21年4月に町制施行100周年を迎えます。

現在、これを記念してオリジナル年賀はがきを印刷し、販売を行うことを予定しています。

ご購入を希望される方は、企画係（TEL 83-1222）までご連絡をお願いします。

値段 1枚 50円

販売予定枚数 20,000枚

申込締切日 10月7日（火）

※なお、年賀はがきの受け渡しは11月初旬を予定しています。

【企画財政課 TEL 83-1222】

年賀はがき（裏面）



▲写真は河津桜と富士山

女性セミナー「楽しい親子教室」

日時 10月8日（水） 10:00～11:00

場所 町民文化センター 1階展示ホール

内容 リトミック

対象 就園前のお子さんとその保護者

講師 ピューのみなさん

問合せ 生涯学習係

※年間の計画では10月15日（水）でご案内しましたが、都合で1週間前になります。ご了解ください。

【教育課 TEL 83-7023】

