【燕地区後期日程】 週 スポろ~れ燕事務局 (燕市体育センター内) ☎ 0256・64・3091

教 室	ا ا	*	対 象	定員	参加費
市民テニス教室 午前の部	8月24日休~毎週木曜日	9:15~11:15	18 歳以上	20人	2,500円
コンディショニング教室	8月23日州~毎週水曜日	10:00~11:30	主に 50 歳以上	30人	
はじめてフィットネス	8月23日例~毎週水曜日	14:00~15:00	18歳以上	30人	
骨ナビチェアーリズム体操	8月23日例~毎週水曜日	15:30~16:30	主に 50 歳以上	30人	
美呼吸姿勢教室	8月18日 金一年週金曜日	10:30~11:30	18 歳以上	30人	2,000円
バランスストレッチ教室	8月18日 金一年週金曜日	14:30~15:30	18 歳以上	30人	
はじめてのバウンドテニス	8月25日 金一年週金曜日	20:00~21:30	18 歳以上	25人	
親子 de ŘunŘun スポーツ	8月26日出~毎週土曜日	14:00~15:00	未就学~小学生	15人	
励 燕市体育センター ■回	数 全5回				

■参加費(保険料・税込み)を添えて燕市体育センター窓口まで(電話での仮申込も可)。

【吉田地区後期日程】 問 スポーピアよしだ事務局(吉田総合体育館内)☎0256・92・5100

スポレック教室8月24日州〜毎週木曜日13:30~15:00吉田総合体育館18歳以上30人1,大人のわくわく運動教室8月9日州〜毎週水曜日10:30~11:45吉田総合体育館18歳以上20人レインボー健康体操教室8月9日州〜毎週水曜日10:30~11:45ビジョンよしだ主に50歳25人は上25人にこにこエアロビクス8月10日州〜毎週木曜日10:30~11:30ビジョンよしだ18歳以上25人体育館でウォーキング8月18日倫〜毎週金曜日10:30~11:30吉田総合体育館18歳以上20人ヨガレッチ8月8日州〜毎週火曜日9:45~10:45吉田産業会館18歳以上20人				230 32 31				
大人のわくわく運動教室8月 9日州〜毎週水曜日 10:30~11:45 吉田総合体育館18歳以上 20人レインボー健康体操教室8月 9日州〜毎週水曜日 10:30~11:45 8月25日〜毎週金曜日 10:30~11:45 日本でフォーキング上でジョンよしだ 以上 25人にこにこエアロビクス8月10日州〜毎週木曜日 10:30~11:30 ビジョンよしだ 18歳以上 25人体育館でウォーキング 8月18日〜毎週金曜日 10:30~11:30 吉田総合体育館 18歳以上 20人3ガレッチ8月 8日州〜毎週火曜日 9:45~10:45 吉田産業会館 18歳以上 20人	参加費		定員	対象	ところ		と き	教 室
レインボー健康体操教室8月 9日例~毎週水曜日 10:30~11:45 8月25日織~毎週金曜日 10:30~11:45ビジョンよしだ 以上 25 人以上 25 人にこにこエアロビクス8月10日例~毎週木曜日 10:30~11:30ビジョンよしだ 18歳以上 25 人体育館でウォーキング 8月18日織~毎週金曜日 10:30~11:30 吉田総合体育館 18歳以上 20 人 37 日本ヨガレッチ8月 8日例~毎週火曜日 9:45~10:45 吉田産業会館 18歳以上 20 人	,500円	. 1	30人	18 歳以上	吉田総合体育館	13:30~15:00	8月24日休~毎週木曜日	スポレック教室
25 人 18 歳以上 20 人 25 人			20人	18 歳以上	吉田総合体育館	10:30~11:45	8月9日似~毎週水曜日	大人のわくわく運動教室
8月25日倫~毎週金曜日 10:30~11:45以上 25 人にこにこエアロビクス 体育館でウォーキング8月10日休~毎週木曜日 10:30~11:30 ビジョンよしだ 18 歳以上 25 人本育館でウォーキング 8月18日倫~毎週金曜日 10:30~11:30 吉田総合体育館 18 歳以上 20 人ヨガレッチ8月8日州~毎週火曜日 9:45~10:45 吉田産業会館 18 歳以上 20 人			25人	主に 50 歳	レンション, FL ゼ	10:30~11:45	8月9日冰~毎週水曜日	1.ノンボー健康体場教会
体育館でウォーキング8月18日 金 一 毎週金曜日10:30~11:30吉田総合体育館18歳以上20人ヨガレッチ8月8日 火曜日9:45~10:45吉田産業会館18歳以上20人			25人	以上	ヒンヨンよしに	10:30~11:45	8月25日 金一年週金曜日	レイフが一健尿体探外主
ヨガレッチ 8月 8日 20 人 8月 8日 20 人			25人	18 歳以上	ビジョンよしだ	10:30~11:30	8月10日休~毎週木曜日	にこにこエアロビクス
			20人	18歳以上	吉田総合体育館	10:30~11:30	8月18日 金一年週金曜日	体育館でウォーキング
5.7. ★ 7. ■ ★ 11.1 1			20人	18 歳以上	吉田産業会館	9:45~10:45	8月8日以~毎週火曜日	ヨガレッチ
			20人	18 歳以上	吉田産業会館	11:00~11:45	8月8日以~毎週火曜日	かんたんエクササイズ
ジュニア HIPHOP8月25日 金 年間17:30~18:30分水地域交流 センター小学生20人	2,000円		20人	小学生		17:30~18:30	8月25日)《毎週金曜日	
ジュニア初心者体操教室8月21日(月)〜毎週月曜日19:00〜20:00吉田総合体育館年長〜 小学3年生15人			15人		吉田総合体育館	19:00~20:00	8月21日例~毎週月曜日	ジュニア初心者体操教室
ジュニア運動塾8月21日(月)〜毎週月曜日 19:00〜20:00吉田総合体育館小学3年生以上			20人		吉田総合体育館	19:00~20:00	8月21日月~毎週月曜日	ジュニア運動塾
英語ではなそう! 9月 1日 金 一毎週金曜日 18:00~19:00 吉田総合体育館 以上 小学 1 年生 以上 10 人			10人		吉田総合体育館	18:00~19:00	9月1日儘~毎週金曜日	英語ではなそう!

■回数 全5回

□ 参加費(保険料・税込み)を添えて、開始日の3日前までに吉田総合体育館窓口まで(電話での仮申込も可)。

【分水地区後期日程】 固 クラブスポーツバイキングぶんすい (分水総合体育館内)☎ 0256・97・3188

教室	と き	5	対 象	参加費		
ZUMBA ĠŌĽĎ® (昼)	8月21日月~毎週月曜日	14:00~15:00	18 歳以上			
ぽっかぽかエアロビクス	8月29日似~毎週火曜日	9:30~10:30	おおむね 50 歳以上			
コンディショニング教室	8月29日以~毎週火曜日	19:45~20:45	18 歳以上			
リフレッシュエアロ	8月23日例~毎週水曜日	19:30~20:30	18 歳以上	2,000円		
転倒予防!かがやきアップ教室	8月24日休~毎週木曜日	10:00~11:15	おおむね 50 歳以上			
ZUMBA GOLD® (夜)	8月24日休~毎週木曜日	19:30~20:30	18 歳以上			
スマイルエアロ	8月25日 金一年週金曜日	9:30~10:30	18 歳以上			
励 分水地域交流センター(かがやきアップ教室は分水公民館) 园 20 人 ■回数 全5回						
樹 内履き、飲み物、タオル、バスタオル(コンディショニング教室のみ)						
■ 参加費(保険料・税込み)を添えて分水総合体育館窓口まで(電話での仮申込も可)。						

定員 内内容 ¥ 料金 ⊠…電子メール 💍・ 時 とき **丽** ところ **m** ところ 対 FAX--・・ファクス ※料金、申込の記載がないものは「無料」「申込不要」

> 燕市社会福祉協議会 地域福 前8時3分~午後5時

曲4328)

各窓口とも午

県立吉田病院 小児科外来☆

0256 • 92 • 51

福祉センター「つばめ荘」(大 28月22日以~27日间…老人 所ぶんすい(上諏訪10-16-1)

やす タオル、 の講演・実技体験・関飲み物、 適な「レインボー 康で自立した生活の実現に最 康体操に興味のある市民 センター 14日休 祉課☎0256・78・7866 普及講演会·体験会 レインボー健康体操 00人 3時30分 い服装でお越しくださ 室内用運動靴、 ※先着順 **対** レ –健康体操」 **内** 健 動き

差し上げます たい肥「せんてい君」を 生活-環境

6·93·2693 ㈱吉田環境衛生公社☎025

スポ

ーツ

意事項 ず2人以上でお越しくださ 午前8時~午後3時予定 丈夫で大きい袋を用意し、 午後3時 🔟せん定枝リサ い。/◎次回は9月16日出 イクル施設(吉田本町) **B**8月19日出 ◎袋に詰める-午前8時 ■注 人は、 必

他講師:関口陽子さん

対小学生 ¥週1回:月3 水泳教室生を募集します。 ビジョンよしだ こども水泳教室生募集 10月から始まる後期こども

ども 水泳教室係☎0256

間8月4日金・10日休・

夜のプー

-ルイベント

ビジョンよしだ

000円/週2回:月400

18

ホームページ▼ビジョンよしだ

256

み 圓ビジョンよしだ☎0 93 6600 ¥ 入館料の 8月

ジョンよしだのホームページー日似~9月4日印までにビ こ て1500円 (保険料込み) 月4500円 0円/選手コー と入館料が別途必要 1里8月 間ビジョンよしだこ ※入会金とし ス・週3回:

き具、大きなアヒルの浮き輪の巨大ビート板や細長~い浮ていない100㎝×100㎝ 時 日金·25日金 で遊ぶことができます。 25日魵は、夜の夏祭りイベン トを実施予定。 内普段貸し出しを行っ 午後6時 9

道路上にはみ出している 樹木などの管理をお願いします

金預り 2 9 ジャ

18月1日月~25日

1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 10

6

福祉課☎0256・78・78

圓燕市社会福祉協議会 地域

会理事) 国8月8日以~

(レインボ

-健康活動普及協

午後5時 励チャレン|8月27日(日) 午前10時

-燕三条店前(佐渡51 ■街頭募金以外の募

ご協力ください

街頭募金に

「24時間テレビ46」

凎…燕市社会福祉協議会 法

4 時

ム

定

閏10月16日月

午後2時~

子どものアレルギー教室

県立吉田病院

/放課後等デイサ 人本部(吉田日之出町)

-ビス事業

アレルギーの治療となり人 ※先着順 図

ギーの治療と対処/○※先着順 囚○食物

食物アレルギ

-症状出現時の

対応ほか

田 電話にて

樹木や草などが道路 上にはみ出していると、 見通しが悪くなり交通 事故の原因になります。 私有地の樹木などは、土 地所有者に所有権があ るため、市でせん定や 伐採はできません。は み出した樹木などが交 通事故などを引き起こ した場合、その土地の所 有者に賠償責任が発生 する可能性があります。

管理の目安 4.5m 2.5m 私有地 私有地 車道の場合 歩道の場合

青枠内はせん定が必要

せん定や伐採など、適切な管理をお願いします。

間 土木課 管理係☎ 0256•77•8277

ごみ出しのルールを守りましょう

回収された可燃ごみの中に、燃えないものや長さ 40 cm、厚 さ5cmを超える不適物の混入が多く、焼却設備の緊急停止や故 障の原因となっています。ごみ収集カレンダーやガイドブック のルールを守ってごみを出すよう、ご協力をお願いします。

間 燕・弥彦総合事務組合環境センター

☎ 0256 • 93 • 4704

ごみについてのページ▶



2023.08.01

19