

ふれあい講座 (スポーツ部門集中講座)開催

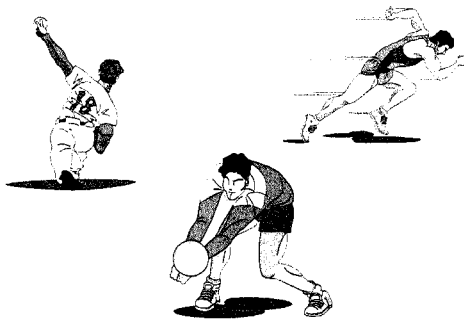
ふれあい講座(生涯スポーツのすすめ)のスポーツ部門において、都留市民の方々のさらなる体力・健康づくりを推進するため、スポーツの秋に集中して講座を開催します。

現在のスポーツ活動において疑問に思っていること、教えてほしいこと、誰でも簡単に楽しめるニュースポーツを紹介してほしいなど要望があれば相談に心じます。

期 間 9月下旬～11月
時 間 午後7時30分～10時の間

(このほかの時間に希望される方はご相談ください)
会 場 申請者側で確保していただきますが、体育館、グラウンド使用の際についてはご相談ください。

- 内 容**
- ▼ウォーミングアップ、クールダウンの際の正しいストレッチ方法
 - ▼ウォーキングの正しい知識、正しい歩き方
 - ▼ニュースポーツ、レクリエーションの紹介および体験
 - ▼体力テストの実施
 - ▼捻挫など軽いケガに対する応急処置方法
 - ▼そのほか皆さんの要望に応じてえられるもの
- 講 師**
- ▼生涯学習課スポーツ振興担当職員
 - ▼都留市体育指導委員



その他

- ▼講師料 無料
- ▼スポーツ保険代として一回千円は参加者で負担していただきます(ただし、スポーツ保険にそれぞれの団体で加入している場合は、必要ありません)。

申込・問合せ先
生涯学習課
スポーツ振興担当

若者交流事業に 参加してみませんか

都留市結婚相談所では、独身の男女に出会いの場を設け、結婚により幸せな家庭づくりができるよう若者交流事業(ふれあいパーティー)を開催します。

皆さんの参加をお待ちしています。(グループでも可)

日 時 8月29日(日)
正午～午後4時

場 所 河口湖畔
富士ビューホテル

対象者 男性・都留市内に住所を有する25歳以上の独身者

参加料 男性 5000円
女性 25歳以上の独身者 3000円

募集人員 男女 各20名

募集期間 8月2日(月)～8月16日(月)

事業の中止

参加人員が男女各々半数以下となつた場合

(参加料は全額お返しします)

申込・問合せ先

所定の申込用紙に所要事項を記入のうえ、参加料を添えて次にお申し込みください(申込用紙は、都留市結婚相談所および各地区結婚相談員宅に用意してあります)

〒402-0001

田野倉一三三〇番地

都留市結婚相談所

☎(43)2508

★谷村地区

田原 1-13-1 藤江 孝三

つる 3-4-4 小俣 和江

川棚 8-0-8 村上 鶴雄

下谷 1-2-14 小俣 金雄

つる 3-9-7 伊藤喜代子

中央 3-4-6 石井 篤子

上谷 1-6-2 高山 明子

★三吉・開地区

法能 2-1-5 武井 忠治

法能 1-0-9-4-3 長谷川 寛

小野 4-9-7-1 高部 歌子

大野 3-1-3-4 小林 春美

★東桂地区

桂町 1-4-3-7 三枝 静香

夏狩 1-7-4-7 高部 武

十日市場 1-4-9-8 近藤 開三

桂町 8-1-8-1 分部 和枝

鹿留 2-1-5-7 三枝 晴雄

★宝地区

大幡 1-1-1-9 渡辺かをる

大幡 3-4-1-7 佐藤 秀子

★禾生地区

小形山 6-6-5 光澤 柱

古川渡 9-2-2-1 近藤 千尋

田野倉 6-6-1-1 中村 正夫

井倉 3-7-0 平井 康雄

四日市場 1-0-5-7-1 小林 明子

★盛里地区

朝日曾雌 1-7-9-3 小俣 賢明

与繩 2-9-1 谷内 久利