

## ふれあいホールで 楽しく、健康的に

社会福祉協議会  
28・6111

社会福祉協議会では、高齢者の健康促進を目的に、楽しい教室を開催しています。気軽に参加してください。

◇ところ 総合福祉会館 ◇対象 60歳以上の人  
※いずれも午後1時30分から2時30分まで

### ■音楽の広場

歌を歌ったり楽器を演奏したりして、音のある楽しい時間を過ごします。

◇とき 6月21日(木)

### ■ヨーガ教室

呼吸に合わせてゆっくり体を動かし、心と体をリラックスさせます。

◇とき 6月25日(月)

### ■いきいき椅子体操

いすに座ったまま体を動かし、体力に自信のない人でも筋力アップできます。

◇とき 7月3日(火)

### ■太極拳教室

呼吸に合わせて緩やかに動くことで、足腰を鍛えバランス感覚を養います。

◇とき 7月11日(水)

## ～ブルー・アイランド氏と2人の名歌手を迎えて～ 青島広志とオペラに挑戦

「世界一受けたい授業」などのTV番組に出演し、現在も東京芸術大学講師の青島広志氏を迎え、2人の名歌手、オペラのレッスンを受けた人たち(みのかもオペラーズ)のコンサートです。

◇とき 7月15日(日)  
開演 午後2時  
(開場 午後1時30分)

◇ところ 文化会館  
◇入場料 大人 1,800円  
(当日 2,000円)  
高校生以下 500円

◇出演 青島広志・小野勉・横山美奈  
みのかもオペラーズ

※全席自由

※チケットは、文化会館・みのかも文化の森・中央公民館・プラザちゅうたい・中央図書館・各連絡所・アピタ美濃加茂店などで販売しています

文化会館 25・1108

# ちゅうたいクラブ

## 第2期 (7月～9月) 会員募集

プラザちゅうたい 26・3241

◇ところ プラザちゅうたい (硬式テニス、ジュニアテニスは東総合テニスコート)

◇料金 1種目につき1,500円 ※別途保険料300円が必要です

◇申込み 受付開始日から随時、プラザちゅうたいで受け付けます。ただし、軽体操やジュニアテニスなど希望者が多い場合は抽選となりますので、定刻までに集合してください

種目	曜日	時間	定員(人)	対象	受付開始日時
軽体操	火	19:30～21:00	55	小学1～5年生	6月30日(土)18:00までに入場
卓球 A	水	10:00～12:00	20	16歳以上	7月4日(水) 8:30～
卓球 B	火	17:30～19:30	20	中学生以上	7月3日(火) 8:30～
卓球 C	火	19:30～21:30	25	中学生以上	7月3日(火) 8:30～
寿卓球 A	火・金	8:30～10:30	70	50歳以上	7月3日(火) 8:15～
寿卓球 B	火・金	10:30～12:30	70	50歳以上	7月3日(火) 10:00～
バレーボール	水	19:30～21:30	30	16歳以上	7月4日(水) 8:30～
バドミントン	木	19:30～21:30	75	16歳以上	7月5日(木) 8:30～
ソフトバレー	土	19:30～21:30	30	中学生以上	7月7日(土) 8:30～
硬式テニス A	日	10:00～12:00	20	16歳以上	6月24日(日) 8:30～
硬式テニス B	土	10:00～12:00	35	中学生以上	6月30日(土) 8:30～
ジュニアテニス	日	10:00～12:00	15	小学3～6年生	6月30日(土)19:00までに入場
ジュニアバドミントン	土	8:30～10:30	35	小学4～中学3年生	6月30日(土) 10:30～
健康体操	金	10:00～12:00	30	16歳以上	6月29日(金) 9:30までに入場