

「埼玉県健康長寿埼玉モデル普及促進事業」

に秩父市も取り組みます!!

新!

はつらつ筋力アップ教室



運動をしようと思っっているけど何をしたらいいのかわからない…。そんなお悩みを持っている方に朗報です!!ぜひ、この運動教室に参加してみませんか!

●教室の特徴

- ・県が認めた、「効果の実証された健康プログラム」
- ・あなただけの、「自宅でもできる個別運動プログラム」を作成
- ・体組成測定、血液検査などを教室開始前後で行い、効果が数字でわかる!
- ・約半年間の教室で、あなたの健康づくりを長期間サポート!
- ・日頃のウォーキングを楽しくするため、万歩計を無料貸し出し
- ・移動式筋力トレーニングマシンを導入 などなど、他にもいろいろあります。

教室開催場所	いきがいセンター (中村町)		やまなみ会館	荒川農村環境改善センター
実施曜日 および時間	月曜日	木曜日	月曜日	木曜日
	午前コース(月2回) 午前コース(午前9時30分~11時30分)	午後コース(月2回) 午後コース(午後1時30分~3時30分)	午後コース(月2回)	午前コース(月2回)
オリエンテーション 初回血液検査日 時間 会場	9月18日(金) 午前9時30分~	9月11日(金) 午前9時30分~	9月16日(水) 午前9時30分~	9月14日(月) 午前9時30分~
	秩父保健センター ※会場が教室開催場所と異なります。ご注意ください。		吉田保健センター	荒川農村環境改善センター

実施期間 9月~平成28年3月 (会場により日程が異なります。詳細は市☎またはお問い合わせください。)

対象者 6か月間トレーニングを継続できる市民ならだれでもOK!

定員 各コース 30人
(申し込み多数の場合は抽選)

参加費 無料

申・問 8月31日(月)までに希望する会場の保健センターへ☎または窓口にて

- ・【いきがいセンター会場】
秩父保健センター☎22-0648
- ・【やまなみ会館会場】
吉田保健センター☎77-1112
- ・【荒川農村環境改善センター会場】
荒川保健センター☎54-2231

文化伝承館2階ホール
内容 世界に誇る秩父産ウイスキー「イチローズモルト」というブランドを立ち上げ、市場に浸透していった様子や、現在の秩父蒸溜所でのウイスキー造り、ウイスキーによる秩父の活性化への想いをお話いただきます。



とき 5日(土)午後1時30分~3時
ところ 歴史

ちちぶ学セミナー公開講座
イチローズモルトの誕生

秩父で夢のウイスキー造り

講師 肥土 伊知郎氏(株式会社ベンチャーウイスキー社長)
定員 300人
参加費 無料
申 8月20日(木)から、歴史文化伝承館事務室・総合案内および吉田・大滝・荒川総合支所市民福祉課にて入場整理券を配布します。(定員になり次第締め切り)
※駐車場が狭いため、なるべく乗り合わせでお越しください。
問 歴史文化伝承館☎22-0420

映画「心が叫びたがってるんだ。」
完成披露試写会

秩父が舞台となる新作劇場版アニメ「心が叫びたがってるんだ。」完成披露試写会が、全国に先立ち、聖地・秩父で開催することになりました!

舞台となる秩父市・横瀬町にお住まい(8月1日現在)の約1,000人を抽選で無料ご招待します!

とき 8月29日(土)
午後6時開演(予定)
ところ ミューズパーク野外ステージ
応募方法 往復はがきにて、代表者住所・電話番号・申込者全員の氏名を記入し下記へ郵送(8月19日(水)必着)。



©KOKOSAKE PROJECT

※1枚のはがきで4人まで申し込み可
※代表者は中学生以上
送付先 〒368-0033 野坂町1-16-15 秩父観光情報館2階 秩父アニメツーリズム実行委員会(観光課内)
※イベント詳細は公式☎にてご確認ください。

☎「ここさけ」で検索!
問 観光課☎25-5209