

山方地域にお住まいの皆さまへ ～「三本槍岳」軽登山参加者募集～

- 日 時 10月22日(火)※祝日 小雨決行 6:30出発(18時帰着予定)
- 出発場所 山方支所前 ※大型バス
- 場 所 栃木県那須塩原市
- コ ー ス 那須 Gondola～三本槍岳登山
那須五峰の一座で、那須岳として日本百名山にも選定されています。那須岳最高峰の三本槍岳は栃木県と福島県の県境に位置します。一等三角点のある山頂からは360度のパノラマが楽しめます。
- 参加対象 山方地域に居住または勤務の方
※小学生以下の方は、保護者の同伴が必要です。
- 参加費 大人3,500円・子供3,000円 (Gondola往復乗車券代含む)
- 募集人員 40名(定員になり次第締切り)
- 申込方法 申込書に記入の上、山方公民館へ直接又はFAXでお申し込みください。なお、申込書以外でのお申込みの場合は住所・氏名・年齢・電話番号をお伝えください。
- 申込期限 令和元年10月15日(火)まで
- その他 昼食・飲み物・防寒具・杖等は各自準備願います。歩きやすい服装・滑りにくい靴でご参加ください。
- 主 催 山方体育協会

..... き り と り (FAXの場合はきりとり不要)

「三本槍岳」軽登山参加申込書

氏名(フリガナ)	住 所	連絡先	性別	年齢(学年)
	〒		男・女	
	〒		男・女	

※本申込書の個人情報については、目的以外に一切使用しません。

申込 教育委員会山方分室 ☎57-2903 FAX 57-3990 問 中島 勤 ☎090-8847-9363

第7回ステキな自分☆魅せちゃいまショー 出演者&出店者募集

市文化センター大ホールのステージを10分間使って自分の特技などを披露していただく方を募集します。ダンスや歌、漫才、手品、バンドなどジャンルは、問いません。どなたでも気軽にご応募できます。同時に、イベントを盛り上げてくれる出店者の方も募集します！皆様のお申し込みをお待ちしております。

- 日 時 令和2年2月16日(日) 10:00～16:00(予定)
午前：カラオケの部 午後：一般参加者の部
- 場 所 市文化センター 大ホール
(出店：大ホールホワイエ・エントランスホール等)
- 出演者募集人数 カラオケ 18組 一般参加者 18組
- 出演(出店)資格 個人・団体・市内外は問いません。
- 発表時間 10分以内(準備、片付け時間も含む)、カラオケは1曲のみ(フルコーラス)、楽器等は原則持ち込み
- 参加費用 個人1,000円/団体(2名以上)/2,000円 出店：1,000円(2m×2mの範囲内)
- 応募方法 所定の応募用紙に記載のうえ、直接又は郵送・FAXでお申し込み下さい。
＊出店ご希望の方は、当館ホームページでご確認ください。
- 応募締切 令和元年11月20日(水)必着



問 常陸大宮文化センター●ロゼホール ☎53-7200

相 談

助産師による「ママと赤ちゃんのなんでも相談」のお知らせ

妊娠中や出産後のからだのこと、赤ちゃんのこと、母乳のこと、育児の方法など 悩んだり、不安になったり、そんなときいつでもご相談ください。

【定例相談日】

- 1 実施日 10月2日(水)10月17日(木)11月6日(水)11月21日(木)12月5日(木)12月19日(木)
- 2 時 間 9時30分～11時30分※要予約
- 3 場 所 総合保健福祉センター「かがやき」
- 4 スタッフ 助産師・保健師

【訪問による相談】

ご自宅に助産師が訪問し、相談に応じます。訪問日等の調整を行いますので、下記までご連絡ください。(ただし、沐浴や乳房マッサージ等の手技は行えませんので、ご了承ください)

問 かがやき 健康推進課 母子保健G ☎54-7121