

受講生募集 沼田ノルディック・ウオーク春教室

ウオーキングと比べ、2本のポールを使うため、全身の筋肉をたくさん刺激し、血液循環を活発にします。また、安定して転びにくく、姿勢を良くして歩幅を広げるなど、「歩きの質」を高めるウオーキング運動です。

ポールの貸し出しがあり、興味のある人、正しい方法を学びたい人におすすめの教室です。

とき 5月9日から30日までの毎週水曜日(全4回)
※時間は全て午前9時30分～11時30分



ところ 沼田公園

講師 永瀬正明さん(全日本ノルディック・ウオーク連盟群馬県講師)

対象 60歳以上の人

定員 20人(新規の人優先)

申し込み 4月25日(水)までに電話、または直接高齢福祉課介護予防係へ

問い合わせ 高齢福祉課介護予防係(東原庁舎内)☎内線77272へ

受講生募集 血管リフレッシュ教室

血圧が高くても元気だからと放っておくと、血管が傷んでしまいます。高血圧は血管を傷め動脈硬化を促進する要因になり、脳卒中や心疾患のリスクを高めます。生活を変えて高血圧を予防しましょう。

開催内容 下表のとおり

ところ 保健福祉センター

講師 保健師、栄養士(市職員)

対象 血圧が高めの人

定員 20人(先着順)

費用 無料

申し込み 4月5日(木)から23日(月)までに電話、または直接健康課保健係へ

問い合わせ 健康課保健係(保健福祉センター内)☎内線76204へ



日程	内容
5月7日(月)9時30分(9時受け付け)	高血圧予防の話・調理実習
6月8日(金)9時30分(9時受け付け)	歯周病予防・運動講習
6月28日(木)9時30分(9時受け付け)	健康講話・運動講習
9月28日(金)10時(9時30分受け付け)	まとめ・調理実習

参加者募集 国際交流協会 キッズイングリッシュ

沼田市国際交流協会では、3歳から7歳までの子どもを年齢に合わせて3クラスに分け、ロス先生による楽しく英語に親しむキッズイングリッシュを開催します。

開催日 8月を除く、5月22日から来年2月5日までの原則、毎週火曜日

※各クラス9回。クラスごとに日にちを指定します

時間 午後4時10分～4時50分まで

※3・4歳は、午後4時40分まで

ところ 株式会社グリフエデュケーション

定員 各クラス20人(先着順)

参加費 国際交流協会員4,100円、一般5,200円

申し込み 4月24日(火)午前9時から正午までに、参加費を添えて、中央公民館2階第一会議室へ

問い合わせ 国際交流協会事務局(企画課内)☎内線3223へ



参加者募集 望郷ライン センチュリーライド2018

自然豊かなロケーション抜群の利根沼田望郷ラインを、自転車で駆け抜けてみませんか。

とき 8月26日(日)

コース ①ロングライド110km②ミドル78km③ショート40km④エンジョイ18km

※いずれも昭和村総合運動公園が発着点

参加資格 小学生以上の健康で各コースを指定時間内に完走できる人(小中学生は成人の伴走、18歳未満の人は保護者の同意が必要)／視覚障がいのある人で、タンDEM自転車での参加を希望する人

定員 1,000人(先着順)

参加費 一般は6,000円(ロングライド・ミドル)または5,000円(ショート・エンジョイ)／小中学生3,000円(全コース)



申込期間 4月9日(月)～6月11日(月)

申込方法 インターネット、または郵便(現金書留)

申し込み・問い合わせ 望郷ライン・センチュリーライド実行委員会(利根沼田行政県税事務所内)☎24338へ

参加者募集 親子農業体験 ～自然を感じながら種まき&収穫体験～

J A利根沼田では、市と赤城西麓土地改良区と共催し、地元農産物での食育イベントを開催します。

開催内容 下表のとおり

ところ 利根町多那地区(現地集合)

対象 小学生を含む親子で全3回に参加できる人

参加費 大人1,000円、子ども500円(全3回分)

定員 20組(超えた場合は抽選)

申し込み 4月18日(水)までにJ A利根沼田本店組合員課へ電話(☎26633)、ファクス(26666)、Eメール(kumiaiin@jatone.or.jp)、ホームページ(http://www.jatone.or.jp)から申し込み

※当選者には4月25日(水)までに参加案内を送付

問い合わせ J A利根沼田本店組合員課☎26633、観光交流課シティセールス推進室☎内線3248へ

とき	内容
①5月12日(土)	トウモロコシとニンジンの種まき、じゃがいもの植え付け、ほうれん草の収穫
②8月18日(土)	トウモロコシ・ニンジン・じゃがいもの収穫、大根の種まき、マスのつかみ取り
③10月20日(土)	大根とミニ白菜の収穫

参加者募集 親と子のよい歯のコンクール

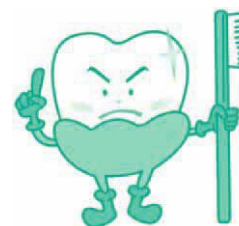
利根沼田地区でのコンクールです。本市からは1組以上の親子が出場できます。本市の代表として出場いただく親子を募集します。

とき 5月25日(金)

ところ 利根沼田保健福祉事務所

対象 昨年度中に3歳児健康診査を受診した幼児とその親

要件 3歳児健康診査で子どものむし歯がなく、口腔状態が良好であること。親の口腔状態も良好であること



※コンクールでは親の口腔診査もあります

申し込み 4月20日(金)までに電話、または直接健康課保健係へ

問い合わせ 健康課保健係(保健福祉センター内)☎内線76204へ

作品募集 沼田まつりポスターデザイン

沼田まつり実行委員会では、8月3・4・5日に開催される「沼田まつり」のポスターデザインを募集します。

申し込み 応募用紙に作品とデータを保存した記録媒体を添え、5月7日(月)までに郵送(必着)、または持参で産業振興課商工振興係(〒378-8501沼田市西倉内町780)、または沼田商工会議所(〒378-0042沼田市西倉内町669-1)へ

賞 採用作品(1点)に賞金20万円、佳作(2点)に賞金5万円

結果発表 受賞者には直接通知します

※詳細は市ホームページをご覧ください

(http://www.city.gunma.jp/kanko/numatamaturi/posterdesigncontest.html)



問い合わせ 産業振興課商工振興係☎内線3255、沼田商工会議所☎21137へ

参加者募集 「沼田市・先生の日」幼小中学校教職員全体研修会

子どもたちのことを考えるための教育講演会のほか、頑張っている先生の取り組みを紹介する教育研究論文の表彰、ボランティアで貢献してくださっている地域の皆さんの表彰を行います。

当日は市内の幼稚園・小中学校の教職員約400人が参加します。一緒に教育について考えてみませんか。市民の皆さんの参加をお待ちしています。

とき 4月24日(火)午後1時～3時35分(午後0時30分受け付け開始)

ところ 利根沼田文化会館大ホール館

■教育講演会

時間 午後2時から3時30分

講師 比田井和孝さん(上田情報ビジネス専門学校副校長)

参加費 無料(当日自由参加)

問い合わせ 学校教育課学校教育係☎内線3323へ