

# お知らせ なんたん

発行 南丹市  
電話 0771-68-0001

第108号(4の4)平成22年7月9日発行

## 「からだスッキリ教室」の参加者を募集します

気になる身体のたるみもスッキリ、どろどろ血液もスッキリして、気分もスッキリさせましょう。自宅のできる実践のコツ、お伝えします。  
この機会にぜひ、生活習慣の改善に取り組んで、スッキリしてみませんか？

会場：日吉保健福祉センター (はーとぴあ)	内 容
第1回目 8月 18日(水) 9:30~11:30	「自分の体は自分で作る!!」 ~今日から出来るメタボ撃退法~ ヘルスケアトレーナー
第2回目 9月 2日(木) 9:30~11:30	「動いてスッキリ!体とココロ」 ~できる事からはじめよう~ 健康運動指導士
第3回目 9月 22日(水) 9:30~11:30	「かしこくおいしく食べて体スッキリ」 ~いつものメニューに一工夫~ 管理栄養士

●対象：南丹市在住の、40歳~64歳の方

●申込：①氏名 ②年齢 ③住所 ④電話番号を、7月30日(金)までに南丹市役所 健康課(68-0016)にお申し込みください。

※平成22年度市民健診を受診された方で、案内チラシをお持ちの方は、申込み用紙を日吉支所健康福祉課にお持ちいただいても結構です。

※既にお申し込みいただいている方には、教室実施前に再度ご案内いたします。

※通院中の方は主治医にご相談のうえ、お申し込みください。

※なるべく3回参加いただきますようお願いいたします。

◇申込・問合せ先 健康課 TEL 68-0016

## 日吉支部 バドミントン大会の開催について

平成22年度南丹市体育協会日吉支部大会として、バドミントン大会を下記のとおり開催します。用具のない方は主催者で準備いたします。ご近所、お友達、ご家族お誘い合わせのうえ、多数ご参加ください。

### バドミントン大会

●開催日 7月19日(月・祝)午後1時30分から

●会場 殿田小学校体育館

●運営主管 ひよし総合型地域スポーツクラブ

●参加対象 日吉地域在住・在勤・在学又は在クラブ員で中学生以上の方

●チーム構成 2名1チーム、個人参加も可

●競技規則 公式ルールに準じますが、一部変更もあります

●競技方法 一般の部・学生の部

●申込締切日 7月14日(水)当日申し込みも可能です。

●申込方法 電話又はFAXで下記事務局までお申し込みください。

※ 体育館シューズを持参してください。

◇申込・問合せ先 南丹市体育協会日吉支部事務局

南丹市日吉町生涯学習センター「遊youひよし」内

TEL 68-0035・72-3300 FAX 72-3311

## ひよし夏祭り2010

「ひよし夏祭り2010」が、下記のとおり開催されます。  
ご家族お誘い合わせのうえ、お越しください。

- 日時 7月18日(日)午前10時~午後8時30分頃
- 場所 スプリングスひよし
- 内容

時間	イベント内容
10:00~	ひよし朝市里の市まつり
10:00~	日吉ダム施設見学会 (ダムゲート室一般開放)
14:00~	おもしろスポーツ体験
15:00~	魚つかみ大会
16:00~	模擬店
20:00~	花火大会

◇問合せ先 日吉町観光協会

南丹市日吉町殿田尾崎8-1 日吉産業振興会館内

TEL・FAX 72-0196

