

生涯スポーツデー

とき 2月16日(土)
午前9時～正午
ところ 運動公園体育館
対象 市内在住・在勤・在学の人
種目 バドミントン、バスケ
トボール、卓球、ソフトバレー
ボール、障害者スポーツ(卓球
バレー)など
参加料 200円(中学生以下・60
歳以上は100円、障害のある人
は無料)
申し込み 当日受け付け
問 (公財)亀岡市体育協会
TEL24-8385、FAX25-5254
(午前8時30分～午後5時、火
曜日・祝日休業)

**第24回シニア・いそじ・寿
バレーボール交流大会**

とき 3月3日(日)
午前9時20分開会
ところ 運動公園体育館
対象 シニアの部(40歳以上)、
いそじの部(50歳以上)、寿の
部(60歳以上)
※大会当日当該年齢を満たしている人
チーム編成 監督1人、コーチ1
人、マネージャー1人、選手
15人(登録・校区関係なし)

参加料 1人300円(当日徴収)
申し込み 2月23日(土)までに
亀岡市バレーボール協会事務局
酒井嘉子さかいいよしこ〒621-0816東堅町44
TEL22-2546
問 理事長長森修子もりしゅうこ
TEL26-3032(午後7時以降)

**第31回亀岡市民中長距離
チャレンジ大会**

とき 3月16日(土)
午前10時～
(受け付け午前9時～9時30分)
※午前中で終了予定
ところ 運動公園競技場
対象 市内在住・在勤・在学・
在活動で競技を行っても健康上、
差し支えない人
※1人一種目、小学生の参加には
保護者の同意が必要
種目 A:小学校4～6年生男
子1500m、B:小学校4～6年
生女子1500m、C:50歳以上
男女1500m、D:一般(中学生
以上)男子3000m、E:一般(中
学生以上)女子3000m、F:一般
(中学生以上)5000m
参加料 一般(中学生以上):500
円、小学生無料
申し込み **問** 2月18日(月)～3
月1日(金)<必着>で郵送また

は電子メールで住所、氏名、電
話番号、年齢(学年)、所属名、
参加種目記号、申し込みプログ
ラム数を記入の上、亀岡市陸上
競技協会美馬勝博みまかつひろ〒621-0029
曾我部町穴太川原口14-1
TEL090-3267-1722
電子メール
k-mima@kyoto-be.ne.jp
※当日参加可(午前9時5分～9時
20分受け付け)プログラムに氏
名の掲載不可

硬式テニスの試合にチャレンジ

とき 2月14日(木)
午前9時～11時
※雨天の場合15日(金)に順延
ところ 運動公園テニスコート
対象 大会出場経験の少ない人
定員 12人程度(要申し込み)
参加料 加盟協会員・学生:600
円、一般協会員:700円、非会
員:800円
申し込み **問** 2月10日(日)までに
氏名、電話番号、協会員の有無
(有の場合種別)をFAXまたは
電子メールで亀岡市テニス協会
前川則夫まえかわのしおFAX25-6145
電子メール
perfect-flatserve@docomo.
ne.jp

献血のおしらせ

問 健康増進課 TEL25-5004

血液が不足しています。
皆様のご協力をお願いします。

とき	ところ	対象・内容など
2月17日(日) 午前10時～正午 午後1時～3時30分	アル・プラザ亀岡 (篠町)	対象: 体重が50kg以上で、男性は17～69歳まで、女性は18～69歳までの健康な人(65歳以上の献血については、60～64歳の間に献血経験のある人に限ります) ※400ml献血限定

保健センターからのおしらせ

事業名	とき	ところ	対象・内容など	問い合わせ先
乳幼児健康診査 ※最近の転入などで通知のない人や、当日受診できない人は連絡してください。	1歳6カ月児健診 2月19日(火)、20日(水) ※日程は個別に通知します。	保健センター	対象: 健診日に1歳6～7カ月になる幼児 持ち物: 母子健康手帳、乳幼児健康診査問診票	こども未来課 母子健康係 TEL 24-5016 FAX 25-5128 ※保健センターでは平成31年3月まで工事を実施するため、駐車場が一部使用できません。ご不便をおかけしますがご了承ください。
	3歳児健診 2月21日(木)、22日(金) ※日程は個別に通知します。		対象: 健診日に3歳6～7カ月になる幼児 持ち物: 母子健康手帳、乳幼児健康診査問診票、検尿	
もぐもぐ離乳食教室 ～これから楽しく始めよう～ 《予約制・先着16人》 ※託児希望も併せて受け付けます(定員12人)。	2月25日(月) 午後1時15分～3時30分	保健センター	対象: 生後5カ月ごろの乳児の保育者 内容: 離乳食の進め方の話と調理実習 持ち物: エプロン、4カ月児健診時にお渡しした「もぐもぐごっくん」の冊子、母子健康手帳、バスタオル、オムツ、ミルクなど	
健康相談 ～楽しく健康づくり!～ ※電話相談(土・日曜日、祝日を除く)も利用してください。	2月22日(金) 受付時間: 午前10時～午後1時	市役所1階 エントランス ホール	対象: 市民とその家族 内容: 相談 健康づくり、病気、食事、運動、卒煙、節酒などに関する相談 ▶ チェック BMI、体脂肪、血圧、肺年齢、アルコーンパッチテスト、ロコモチェックなど	健康増進課 TEL 25-5004

買い物は、お近くの商店街など亀岡市内でしましょう