

みずとぴあ藤岡 定期教室



教室時間 55分 (短い教室もあります)

開催日程

月曜日 7月6日～9月28日 全10回
(7月20日、8月10日、9月21日を除く)
●7月6日～9月14日 全9回
(7月20日、8月10日を除く)
水曜日 7月1日～9月30日 全12回
(8月12日、9月23日を除く)
木曜日 7月2日～9月17日 全11回 (8月13日を除く)
○7月9日～9月17日 全10回 (8月13日を除く)
金曜日 7月3日～9月25日 全12回 (8月14日を除く)
◆7月10日～9月25日 全11回 (8月14日を除く)
土曜日 7月4日～9月26日 全12回 (8月15日を除く)

土曜日◇7月4日～9月26日 全10回
(8月8日・15日、9月19日を除く)
★7月4日～9月26日 全10回
(7月25日、8月1日・15日を除く)

対象 18歳以上の人 (一部子ども向け)
料金 参加料のほかに施設利用料がかかります
申し込み

次の各日時から事務室前で受け付け開始
▷市内在住者 = 6月8日(月)から希望する各教室終了後
▷市外在住者 = 6月15日(月)から希望する各教室の開催曜日の午前10時

問い合わせ みずとぴあ藤岡 (☎②0977)

	内容	開始時間	参加料
プール教室	月 大人水泳教室・中級B	午後7時	3,140円
	水 アクアビクス	午後7時	6,140円
	木 大人水泳教室・中級A	午後7時	3,450円
	金 大人水泳教室・初級	午後7時	3,770円
	土 大人水泳教室・上級	午後7時	3,770円
キッズ教室	月 バレエ教室(小学1～6年生)	午後5時	6,390円
	HIPHOP中高生クラス	午後6時	6,390円
	水 キッズダンス(年中児～小学2年生)	午後4時	7,670円
	ジュニアHIPHOP(小学2～6年生)	午後5時	7,670円
	木 キッズダンス(年中児～小学2年生)	午後5時	7,030円
	ジュニアHIPHOP(小学3年～中学生)	午後6時	7,030円
フロア教室	体力向上体操	午前10時15分(40分間)	3,830円
	ZUMBA	正午	7,660円
	フラダンス	午後1時	6,900円●
	ストレッチ健康体操	午後2時	5,110円
	脂肪燃焼エアロビクス	午後3時	5,110円
	ボディシェイプ	午後7時	6,390円
	腰痛肩こり改善体操	午前10時15分(40分間)	4,590円
	体力向上体操	午前11時	6,140円
	ZUMBA GOLD	正午	9,200円
	ピラティス	午後1時	9,200円

	内容	開始時間	参加料
水曜	ストレッチ健康体操	午後2時	6,140円
	やさしいヨガ	午後3時	9,200円
	ヨガトレ	午後7時	9,200円
木曜	ストレッチ健康体操	午前10時15分(40分間)	4,210円
	腰痛肩こり改善体操	午前11時	5,620円
	エアロビクス	午後1時	5,620円
	ヨガ	午後2時	7,660円○
	骨盤底筋トレーニング&ヨガ	午後3時	7,660円○
	ステップエアロ	午後7時	8,430円
フロア教室	朝ヨガ	午前10時15分(40分間)	5,620円◆
	ストレッチ健康体操	午前11時	6,140円
	初級エアロビクス	午後1時	6,140円
	やさしい筋トレ体操	午後2時	6,140円
	ヘルシーボディエクササイズ	午後3時	6,140円
	ナイトエアロビクス	午後7時	6,140円
	BOKWA ~ボクワ~	午後1時	7,660円◇
	ZUMBA	午後2時	7,660円◇
	バランスボール	午後3時	9,200円
	姿勢改善エクササイズ	午後4時	7,670円
土曜	フィジカルトレーニング	午後5時	9,200円
ヨガ	午後7時	7,660円★	

環境月間

6月5日は「世界環境デー」です。1972年6月5日に開催された「国際連合人間環境会議」を記念して制定されました。日本でもこの日を「環境の日」、6月を「環境月間」と定め、環境の保全についての関心と理解を深めるとともに、積極的な環境保全に関する活動を行う意欲を高める日としています。市民の皆さんも、環境に配慮した行動を実践しましょう。

問い合わせ 環境課 (☎④2264)

空き地は適正に管理しましょう

これから夏にかけて空き地などでは急激に雑草が繁茂します。

適正に管理されていない空き地では、害虫や火災の発生のほか、ごみが不法投棄される場合があります。所有者や管理者は、周辺住民の迷惑にならないよう、定期的に草を刈るなど、適正に管理を行いましょう。また、刈り取った草は可燃ごみとして指定ごみ袋に入れ、収集所に出すか清掃センターへ直接搬入してください。

害虫の早期駆除にご協力を

アメリカシロヒトリやチャドクガなどの害虫に関する相談が増えているほか、クビアカツヤカミキリなどの特定外来生物による被害が拡大しています。

害虫の防除は樹木の管理者の責任で行うことになっており、発生初期の幼虫は枝ごと切り取り、踏みつぶす方法が効果的です。

そのまま放置していると隣地にも害虫が広がり被害が拡大するため、定期的に樹木を見回り、早期駆除に協力してください。

不法投棄は犯罪です

不法投棄は自然環境を破壊し、生活環境を脅かす重大な犯罪です。「少しだから」「他の人もやっているから」などといってごみを捨てると、廃棄物処理法により懲役または罰金、もしくはその両方が科せられる場合があります。一人一人の責任ある行動で住みよいきれいなまちをつくりましょう。

犬や猫は正しく飼いましょう

犬や猫の愛くるしい姿やしぐさに癒される人がいる一方で、無責任な飼育の仕方や野良猫への餌やり、犬猫のフンの放置などの迷惑を受ける人もおり、苦情相談が増えています。

犬のフンは必ず持ち帰り、適切に処理をするとともに、猫は自宅内でトイレのしつけを行うようにしましょう。また、猫の放し飼いは交通事故や近所とのトラブルの原因となるため、できる限り室内で飼うようにし、避妊・去勢手術を行いましょう。

地球温暖化対策のため節電に取り組みましょう

藤岡市から排出される温室効果ガスのうち約20%は家庭から排出されています。衣類を軽装にして冷房の設定温度を控える(目安28℃)など、一人一人が身近にできることから温暖化対策に取り組みましょう。