



森林セラピストと歩くレッドヒルヒーサーの森

問い合わせ 美杉総合支所地域振興課 ☎272-8082 FAX272-1119

9/29 土 午前の部…10:00~12:00、午後の部…13:00~15:00
レッドヒルヒーサーの森(高野尾町) ※集合はいずれも開始時間の30分前

津市森林セラピー基地®とレッドヒルヒーサーの森との連携イベント。レッドヒルヒーサーの森とは、赤塚植物園が管理する約13万㎡の広大な里山庭園です。植物のプロが育てた森を歩きながら、森林セラピストならではの自然の楽しみ方をご紹介します。

コース(各コースに午前・午後の部あり)

ウェルネスウォーキング

健康増進や生活習慣病予防などを意識したノルディックウォーキングです。心拍数を測りながら、自分のペースで歩くことができます。適度な運動で汗を流しましょう。

ネイチャーゲーム

自然の中で遊ぶネイチャーゲームや自然観察など、大人だけでなく子どもも楽しめるコースです。花や緑に癒やされながら森を散策しませんか？

費用 2,000円(中高生1,500円、小学生以下1,000円) ※ランチ「森のプレート」(1,000円~)は別途要予約

定員 各15人

申し込み 電話で美杉総合支所地域振興課へ

募集期間 8月20日(月)~9月14日(金)



レッドヒルヒーサーの森



津市スポーツ教室のご案内

問い合わせ スポーツ振興課 ☎229-3254 FAX229-3247

種目	とき(全8回)	定員(抽選)	費用
健康水泳 秋のコース	10月4日~11月22日の 毎週木曜日①9時30分 ~11時 ②11時30分~13 時	各45人 (初めての 人優先)	5,500円 (保険料 含む)
アクア フィットネス	10月5日~11月30日の 毎週金曜日①10時~11 時 ②11時~12時 ※11 月23日(金・祝)は休講	各30人 (初めての 人優先)	3,500円 (保険料 含む)

ところ サオリーナ屋内プール

対象 市内に在住・在勤・在学の人

申し込み スポーツ振興課または各総合支所地域振興課、久居体育館、津市スポーツ協会にある所定の用紙に必要事項を記入し、直接窓口またはファクスで提出

締め切り 8月17日(金)



ひさい版仮装大笑2018 出場者募集

問い合わせ 久居総合支所地域振興課 ☎255-8846 FAX255-0960

毎年恒例のひさい版仮装大笑に出場してみませんか。

とき 11月4日(日)

ところ 津リージョンプラザお城ホール

定員 15組程度(書類審査あり)

申し込み 9月28日(金)までに久居総合支所地域振興課へ

