



レクリエーション・インストラクター養成講座

とき:5月15日～10月2日の当センターが指定する日曜日(全10回)午前9時30分～午後4時 **ところ:**青少年センター(牟呂町字東里) ※9月11日は岩田運動公園(岩田町字池南) **対象:**市内在住・在学・在勤の高校生以上 **内容:**ボランティア活動に役立つ実技や理論を学びます **講師:**レクリエーション・コーディネーターほか **定員:**30人(申込順) **受講料:**3,500円(別途テキスト代2,000円必要) **申し込み:**4月15日から青少年センター(☎46・8925)



とよはしの巨木・名木を見学しよう

とき:5月21日(土)午前9時～正午(雨天中止) **集合・解散:**市役所西館南側ベンチ前 **内容:**浅間神社のアカガシなどをバスと徒歩で見学します **定員:**15人(抽選。結果は5月6日までに通知) **その他:**長い石段や山道があります **申し込み:**4月27日(必着)までに、はがき(1枚2人まで)で参加者全員の住所・氏名・電話番号を公園緑地課(〒440-8501住所不要☎51・2654)



市民スポーツ祭 剣道大会

とき:6月19日(日)午前9時 **ところ:**総合体育館(神野新田町字メノ割) **対象:**市内在住・在学・在勤の小学3年生以上 **内容:**個人によるトーナメント戦 **参加料:**400円 **その他:**部門などはお問い合わせください **申し込み:**5月20日までに申込用紙、参加料を豊橋市体育協会(岩田運動公園内☎63・3031)、各地区体育館、各体育施設※申込用紙は各申込先で配布



市民スポーツ祭 豊橋自然歩道ハイキング会

とき:5月15日(日)午前9時30分～午後3時※雨天決行 **集合・解散:**長尾池横いこいの広場(岩崎町字長尾) **対象:**市内在住の小学3年生以上(小学生は保護者同伴) **定員:**50人(申込順) **持ち物:**昼食 **その他:**歩行距離約8km。中級者向け **申し込み:**4月15日～5月8日に申込用紙を豊橋市体育協会(岩田運動公園内☎63・3031)、各地区体育館、各体育施設※申込用紙は各申込先で配布



朝の歩行運動と いっせいらジオ体操のつどい

とき:5月1日、6月5日、7月3日の日曜日(雨天時は5月8日、6月12日、7月10日に順延) **ところ:**岩田運動公園、武道館、高師緑地、グリーンスポーツセンター、総合体育館、ほいっぷ **問い合わせ:**豊橋市体育協会(☎63・3031)



ウェーブストレッチレッスン

とき:①4月26日(火)午後1時45分～2時15分②4月28日(木)午後6時15分～6時45分 **ところ:**アクアリーナ豊橋(神野新田町字メノ割) **対象:**中学生以上 **内容:**腰痛、肩こりなどに効果的なストレッチ教室 **定員:**各10人(申込順) **参加料:**各300円(トレーニングルームは別料金必要) **申し込み:**4月15日からアクアリーナ豊橋(☎31・4781)



スポーツ教室 日本拳法

とき:6月5日～7月17日の日曜日(全7回)午後6時～8時 **ところ:**武道館(豊橋公園内) **対象:**小学生以上 **定員:**30人(申込順) **参加料:**3,000円 **申し込み:**4月21日午前10時から参加料(おつりのないように用意してください)を豊橋市体育協会(岩田運動公園内☎63・3031)、武道館、総合体育館ほか



ダーツ講習会&ミニ大会

とき:5月14日(土)午後1時30分～4時 **ところ:**あいトピア(前畑町) **定員:**80人(申込順) **参加料:**100円 **申し込み:**4月15日～5月10日に氏名、年齢、電話番号を豊橋市体育協会(☎63・3031)



生まれ!!春のレクスポ広場 グリーンあそびの広場

とき:5月22日(日)午前の部/午前10時～正午、午後の部/午後1時～3時(雨天中止) **ところ:**グリーンスポーツセンター(大岩町字火打坂) **内容:**レクリエーションスポーツ数種目が体験できます **定員:**各150人(申込順) **申し込み:**4月15日～5月15日に氏名、年齢、電話番号を豊橋市体育協会(☎63・3031)



若者就職サポート塾 in 豊橋

とき:4月26日(火)午前10時～午後4時 **ところ:**ロワジュールホテル豊橋(藤沢町) **対象:**おおむね45歳未満の若年求職者、家族 **問い合わせ:**商工業振興課(☎51・2437)

■若者就職サポート塾 in 豊橋

イベント名	内容
職業適性診断	パソコンの職業適性診断システムを利用した診断
ハローワーク相談	ハローワーク豊橋の職員による職業相談窓口を開設
<同時開催> 合同企業説明会	平成29年3月卒業予定の大学生、短大生などを対象とした企業説明会。中途採用、第二新卒者の方も参加可

青年講座(前期)

日程など: 右表(各全8回) **ところ:** 青少年センター **対象:** 市内在住・在学・在勤の18歳以上30歳未満の方(高校生不可) **申し込み:** 4月15日から青少年センター(牟呂町字東里 ☎46・8925)



■青年講座(前期)

講座名	とき	定員(申込順)
ソフトバレーボール	5月10日～6月28日の火曜日 午後7時～9時	30人
ヨガ&スモールボール	5月11日～6月29日の水曜日 午後7時30分～9時	各20人
太極拳	5月12日～6月30日の木曜日 午後7時～9時	
はじめてのHIP HOPダンス	5月12日～7月7日の木曜日 (6月30日を除く) 午後8時～9時30分	
やさしいJAZZダンス	5月13日～7月1日の金曜日 午後7時30分～9時	

高齢者セミナー

とき: 各市民館ごと異なりますので詳細はお問い合わせください **対象:** 市内在住で、おおむね60歳以上の方 **内容:** 一般教養、趣味、レクリエーション、健康問題などの講座を、各地区市民館・前芝校区市民館(右表)で各1講座(おおむね各6回程度)開催します **定員:** 各50人程度(申込順) **申込先:** 各市民館



■高齢者セミナー

ところ	問い合わせ	ところ	問い合わせ
二川地区市民館	☎41・0551	北部地区市民館	☎53・4212
豊岡地区市民館	☎61・5632	南部地区市民館	☎47・0974
東陽地区市民館	☎61・7741	豊城地区市民館	☎53・3304
南稜地区市民館	☎26・0010	中部地区市民館	☎53・0638
青陵地区市民館	☎61・9285	高師台地区市民館	☎48・1321
杉山地区市民館	☎23・2216	東部地区市民館	☎63・3810
石巻地区市民館	☎88・1317	東部地区市民館飯村分館	☎64・5261
羽根井地区市民館	☎32・5050	南陽地区市民館	☎48・6576
吉田方地区市民館	☎32・3978	本郷地区市民館	☎46・8487
五並地区市民館	☎21・2729	東陵地区市民館	☎64・8088
牟呂地区市民館	☎32・4615	前芝校区市民館	生涯学習課 (☎51・2850)
高豊地区市民館	☎21・2824		

運動で元気はつらつ教室

日程など: 右表(各全10回) **対象:** 65歳以上で、運動機能の低下が気になる方(初回優先) **内容:** 運動機能の測定、体の弱まりを防ぐための運動 **持ち物:** 飲み物 **申し込み:** 4月15日～5月13日に長寿介護課(☎51・2338)



■運動で元気はつらつ教室 ※時間は午後1時30分～3時30分

とき	ところ	定員(申込順)
5月24日～8月2日の火曜日 (7月19日を除く)	つつじが丘地域福祉センター (佐藤五丁目)	各30人
5月25日～7月27日の水曜日	南部地区市民館 (北山町)	
5月26日～7月28日の木曜日	北部地区市民館 (大村町字仲川原)	各15人
	二川南校区市民館 (大岩町字前荒田)	
5月27日～7月29日の金曜日	松葉校区市民館 (大橋通三丁目)	
	植田校区市民館 (植田町字池下)	

若返り教室

日程など: 下表 **対象:** 65歳以上の方 **持ち物:** 飲み物 **申し込み:** 各前日までに各申込先 **問い合わせ:** 各申込先、長寿介護課(☎51・2338)

■若返り教室 ※時間は午後1時30分～3時

教室名	とき	ところ	内容/講師/定員(申込順)	申込先
脳の若返り教室	5月12日(木)	青陵地区市民館 (南牛川二丁目)	楽しみながら行う認知症予防/保健師など/50人程度	さわらび地域包括支援センター (牛川町字浪ノ上 ☎54・3521)
	5月26日(木)	吉田方地区市民館 (高洲町字高洲)		地域包括支援センターベルビュー ハイツ(青竹町字青竹 ☎33・8110)
体操で若返り教室	5月19日(木)	青陵地区市民館	健康づくりのための運動の講話と実践/保健師など/40人程度	さわらび地域包括支援センター
	5月27日(金)	二川地区市民館 (大岩町字東郷内)		地域包括支援センター尽誠苑 (大脇町字大脇ノ谷 ☎65・2751)