

◆ ◇ 新年度が始まりました ◇ ◆

令和4年度がスタートしました。

新型コロナウイルス感染症は収束の兆しが見えませんが、対策に十分留意しながら今年度も事業の企画・運営を行って参ります。

利用者・参加者の皆様にはマスク着用や入館時の検温などご不便をおかけしておりますが、引き続きご協力をよろしくお願い致します。

職員一同



● ○ アスパルの予約について ○ ●

夜間にアスパルを使用する場合は原則として前月15日までの予約が必要となります。それに伴い、夜間に使用予約が入っていない場合は基本的に休館となっておりますのでご了承ください。

※日中・夜間いずれの場合も、状況により希望する日時・部屋で予約出来ないことがありますのでご注意ください。特に、夜間予約の無い日については他の日時をご案内させて頂く場合がありますのでご了承ください。

● ○ 健康推進事業のお知らせ ○ ●

沼館地区交流センターでは、健康増進のための事業を随時行っています。いずれも参加は無料ですので、どうぞお気軽にご参加ください！

◆ラジオ体操

【休館日以外毎日 午前9時から】

※お手本となる映像を見ながら行います。(約15分)

◆卓球台開放

【毎週月曜日・木曜日 午後1時から】

※ラケット等用具の貸出も行っていますので、事務室にお声掛けください。

◆健康の駅

【毎月第1・3月曜日 午前10時から】

※らくらく体操や健康に関する講話などを行います。

※風邪症状のある方、37.5度以上の発熱がある方は参加をご遠慮ください。併せてマスクの着用もお願い致します。



【お申込み・お問合せ】

沼館地区交流センター（アスパルおものがわ内） ☎22-3606

裏面へ

春の山菜講座

春の山菜講座を開催します。

山菜採りシーズンに向けて、山菜について学んでみませんか？

【日 程】 5月16日（月） 9：00 アスナルおものがわ出発
9：30 鍛冶台いこいの森到着、散策
11：30 鍛冶台いこいの森出発
12：00 アスナルおものがわ到着、解散

【会 場】 鍛冶台いこいの森

【定 員】 15名（達し次第締切）

【参加費】 100円（保険料）※当日徴収します

【講 師】 雄物川町自然研究会 会長 佐藤 忠義氏



※参加希望の方は5月10日（火）までお電話にてお申込みをお願いいたします。

※風邪症状のある方、37.5度以上の発熱がある方は参加をご遠慮ください。

併せてマスクの着用もお願い致します。

※新型コロナウイルスの感染拡大の影響により中止になる場合があります。ご了承ください。

5月の予定

2日（月）：健康の駅	午前10時から⇒健康講話、らくらく体操
3日（火）： <u>臨時休館</u>	終日
10日（火）：ヨガ教室	午前10時から
いきいきサロン	午後1時30分から⇒3B体操
16日（月）：春の山菜講座	午前9時から ※詳細は上記をご覧ください。
健康の駅	午前10時から⇒らくらく体操（DVD）
17日（火）：いきいきサロン	午後1時30分から⇒3B体操
24日（火）：ヨガ教室	午前10時から
25日（水）：手づくりサロン	午前10時から
ロビー展示：昔の写真展	開館中いつでもご覧頂けます。

※3日のいきいきサロンは祝日のため10日に変更となります。

※掲載している事業は、新型コロナウイルスの感染拡大の影響により中止になる場合があります。ご了承ください。

※風邪症状のある方、37.5度以上の発熱がある方は参加をご遠慮ください。

併せてマスクの着用もお願い致します。