

## おはなし会のお知らせ

絵本や紙しばいの楽しいおはなしが聞けます。どちらの会場においても、どなたでも自由に参加できます。

### 六郷地区 わくわくおはなし「夢ふうせん」

日時 ● 5月4日(土・祝) 午前10時30分～午前11時

会場 ● 美郷町学友館 絵本の部屋

### 千畑地区 おはなしの会「しゃぼんだま」

日時 ● 5月11日(土) 午前10時～午前11時

会場 ● 美郷町北ふれあい館 第1研修室

### 仙南地区 おはなし「紙ひこうき」

日時 ● 5月18日(土) 午後2時～午後3時

会場 ● 仙南っ子児童クラブ

問 美郷町学友館 ☎0187(84)4040

## 早朝総合健診を受診しましょう

社会保険から国民健康保険への切り替えや転入などで新たに受診を希望される方は下記へご連絡ください。また、申し込みしている健診日に都合が合わない場合は、他の健診日でも受診できます。

早朝総合健診では特定健康診査・健康診査のほかに、がん検診等各種検診も行っています。各種検診は、加入している健康保険に関係なく、対象年齢の方であればどなたでも受診することができますので、この機会にぜひ受診しましょう。

詳しくは、広報美郷4月号20～22ページをご覧ください。

持ち物 ● 健康保険証、健康手帳、受診通知書

問 美郷町保健センター ☎0187(84)4900

## スポーツ教室日程表

月日	曜日	内 容	時 間	場 所
4月19日	金	わくわく熟体操	10:00～11:30	総合体育館リリオス
4月23日	火	スポーツ教室	9:30～11:30	
		ウォーキング教室		
5月8日	水	スポーツ教室	9:30～11:30	
		ウォーキング教室		
5月14日	火	スポーツ教室	9:30～11:30	
		ウォーキング教室		
5月17日	金	わくわく熟体操	10:00～11:30	
5月21日	火	スポーツ教室	9:30～11:30	
		ウォーキング教室		
5月28日	火	スポーツ教室	9:30～11:30	
		ウォーキング教室		

参加料	教室内容	参加料金(保険料含)
	スポーツ教室 (卓球、バドミントン、ユニカール、ミニテニス、ソフトバレーボールなど) ウォーキング教室	200円
	わくわく熟体操 (簡単なストレッチ、筋力トレーニングなど)	200円

問 美郷町総合型スポーツクラブ事務局

(美郷総合体育館リリオス内) ☎0187(84)4916

## チャレンジデー2019にご参加ください

チャレンジデーは、毎年5月の最終水曜日に開催される世界的なスポーツイベントで、15分以上の運動やスポーツをした住民等の参加率(%)を、同規模の自治体同士が競い合うルールです。

ラジオ体操やウォーキングのほか、ごみ拾いや農作業、買い物をしながらのウォーキング等、体を動かすものであれば何でも対象となります。

地域や年齢を問わずどなたでも対象となりますので、ぜひご参加ください。

参加方法等の詳しい内容については、5月15日(水)配布のチラシでお知らせします。

開催日時 ● 5月29日(水) 午前0時から午後9時まで

対戦相手 ● 神奈川県湯河原町

対象者 ● 開催日時に美郷町にいる方

※住民の方はもちろん、町内の事業所にお勤めの方や町内の学校に通学している方、町内の施設でスポーツをしている方や、観光・買い物等で来町している方が参加対象です。

問 美郷町チャレンジデー実行委員会事務局

(美郷総合体育館リリオス内) ☎0187(84)4916

## ポッチャ、卓球バレーに挑戦してみませんか 障がい者スポーツ教室を開催します

対象者 ● ①身体、知的、精神に障がいのある在宅の方  
②障がい者スポーツ指導員  
③スポーツ推進委員  
④総合型地域スポーツクラブ関係者  
⑤各地域において障がい者スポーツの振興・普及に携わる方

日時 ● 5月24日(金) 午前10時～午前11時30分

会場 ● 美郷町中央体育館

参加料 ● 無料

申込方法 ● 対象者①から⑤の区分ごとに、下記の申込窓口あてに参加申込書を提出してください(郵送・FAX可)。

参加申込書は町福祉保健課、美郷町社会福祉協議会に備え付けているほか、町ホームページからもダウンロードできます。

申込期限 ● 5月17日(金)

申込窓口 ●

対象者区分	参加申込書提出先
①	美郷町役場 福祉保健課 福祉班 〒019-1541 美郷町土崎字上野乙170-10 ☎0187-84-4907 FAX0187-85-2107
	美郷町社会福祉協議会 〒019-1541 美郷町土崎字上野乙6-1 ☎0187-85-2294 FAX0187-85-2291
②	(一社)秋田県障害者スポーツ協会
③	〒010-0922 秋田市旭北栄町1-5
④	秋田県社会福祉会館5階
⑤	☎018-864-2750 FAX018-874-9467

問 町福祉保健課 福祉班 ☎0187(84)4907