

市民のみなさんへ

庄 原 市

行政文書の発行について

令和5年4月5日付けの行政文書をつぎのとおり発行します。

★ 回覧文書

表 題	備 考	担 当
新型コロナワクチン令和5年度の追加接種について	表面	ワクチン接種対策部
令和5年度有害鳥獣防除事業実施のお知らせ	裏面	企画振興部 林業振興課
まちづくり応援補助金のご案内		企画振興部 自治定住課
住宅リフォーム支援事業のお知らせ		環境建設部 都市整備課
環境しょうばら		環境建設部 環境政策課
橋梁保全工事に伴う停留所「九丁」の移設について		生活福祉部 地域交通課
令和5年度 要約筆記入門講座のご案内	表面	生活福祉部 社会福祉課
令和5年度・前期 手話入門講座のご案内	裏面	
総合体育館だより		教育部 生涯学習課

※各戸配布一覧は裏面にあります

★ 各戸配布

表 題	備 考	担 当
広報しょうばら4月号		総務部 行政管理課
高自治振興センターだより(高地区のみ)		高自治振興区
ふれあい掲示板(北地区のみ)		北自治振興区

◎ 行政文書のお問い合わせについて

市役所内の各課・センター・室・局・係へ直接電話できる直通電話を設置しています。

電話番号をご確認のうえ、担当課へ直接お問い合わせください。

〒727-8501 庄原市 総務部総務課総務法制係

電話番号 (0824)73-1123(直通) FAX (0824)72-3322

庄原市ホームページアドレス <http://www.city.shobara.hiroshima.jp>

庄原市電子メールアドレス shobara@city.shobara.lg.jp





新型コロナワクチン 令和5年度の追加接種について

令和5年3月31日現在

令和5年4月以降も引き続き、**すべての方を対象に自己負担なし（無料）**で新型コロナワクチンを接種していただけます。

令和5年度の追加接種は、年齢や基礎疾患の有無などにより、年2回（春開始と秋開始）の接種または年1回（秋開始）の接種となります。

～令和5年春開始接種（5月～8月）について～ 【年2回接種が可能な方】



1.対象者

初回接種（1回目、2回目接種）を終え、前回の接種から3か月以上経過した以下の方

- （1）65歳以上の方
- （2）基礎疾患がある5歳以上の方
- （3）医療従事者、高齢者施設等従事者

2.使用するワクチン

オミクロン株対応ワクチン（BA.1、BA.4/5）【ファイザー社またはモデルナ社】

※アレルギー等によって、オミクロン株対応ワクチンの接種が難しい方は代替として武田社のワクチン（ノババックス）も接種可能です。

3.接種券発送スケジュール

65歳以上のオミクロン株対応ワクチンを既に接種されている方には、年齢順に接種券を発送します。

【年齢】

【発送日】

- | | |
|-------------|--------------|
| ① 85歳以上の方 | 令和5年4月28日（金） |
| ② 75歳～84歳の方 | 令和5年5月 8日（月） |
| ③ 70歳～74歳の方 | 令和5年5月11日（木） |
| ④ 65歳～69歳の方 | 令和5年5月16日（火） |

4.接種券発行申請について

オミクロン株対応ワクチンを接種された65歳以上の方は、発送スケジュールとおりに発送しますが、65歳未満の、基礎疾患を有する方・医療従事者・高齢者施設等従事者は事前に接種券発行申請書の提出が必要です。

◎申請 窓 口：本庁保健医療課、各支所市民生活係（西城、東城支所は保健福祉係）

◎申請受付開始日：令和5年5月8日（月）

～令和5年秋開始接種（9月～12月）について～ 【年1回接種が可能な方】

1.対象者

初回接種を終え、前回の接種から3か月以上経過した5歳以上すべての方

2.使用するワクチン

現在、国において検討中



（注）まだ1度もオミクロン株対応ワクチンの接種を受けたことがなく、令和5年春開始接種の対象者に該当しない方は、令和5年5月8日（月）以降、接種を受けられなくなります。
次の接種時期は9月以降となります。

令和5年度有害鳥獣防除事業実施のお知らせ

●補助対象者:有害鳥獣による農作物被害の防止のため、令和5年度において、有害鳥獣防除事業を実施しようとする方を対象とします。

●補助金額及び申請方法

補助対象資材	補助内容／申請方法
① 防除柵設置事業 【補助対象経費】 1.電気柵 2.ネット 3.フェンス 4.トタン の購入に要する経費 ※先に資材を購入・設置していただいた後の申請手続きとなります。	【補助内容】 ○対象資材の購入に要する経費の1/2以内又は60,000円のいずれか低い額とし、同一年度1世帯当たり60,000円を限度とします。 ○地域での取組みの場合、原材料費の1/2以内又は地域の世帯数に60,000円を乗じた額のいずれか低い額とし、同一年度当該地域の世帯数に60,000円を乗じた額を限度とします。 ※ただし、経営面積が2.6ha以上の大規模農家については、同一年度一世帯あたり120,000円を限度とします。 ※R5.4.1以降に購入・設置を行ったものが補助金の対象となります。R5.3.31以前に購入したものは、補助の対象となりません。 ※過去に本補助金を受けた農用地等は、原則として事業完了の翌年度から起算して5年を経過していなければ補助対象となりません。 (令和5年度事業については、H30～R4年度に本補助金を受けた農用地は対象となりません。) 【申請期間】 令和5年10月31日まで 【申請方法】 <u>印鑑、資材購入領収証及び設置状況写真を持参し、防除対象農用地の地番を明らかにした上で、林業振興課または各支所地域振興室・産業建設室の窓口で申請してください。</u> 【注意事項】 ※国・県・市道、農林道、河川敷地内には原則設置できません。 ※申請多数の場合は、予算の範囲内で補助率の調整(補助金額の減額)をする場合があります。 ※補助金交付時期は12月中を予定しています。
② 捕獲柵設置事業 【補助対象経費】 1.囲いわな 2.箱わな の購入に要する経費 ※資材を購入される前に、申請手続きが必要です。	【補助内容】 ○対象資材の購入に要する経費の1/2以内で1基当り80,000円を限度とします。 ※同一年度地域申請の場合3基まで、個人の場合1基まで申請が可能です。 【要望受付期間】 令和5年6月30日まで ※令和5年度中に、捕獲柵の購入を考えておられる方は、6月末日までに一度、林業振興課または各支所地域振興室・産業建設室の窓口へ申し出てください。 【申請方法】 必ず6月末までに要望の申出をしていただき、その後、 <u>印鑑、2社以上の見積書、捕獲柵管理者のわな猟狩猟免許状(写し)</u> を持参し、林業振興課または各支所地域振興室・産業建設室の窓口で申請してください。 【注意事項】 ※申請多数の場合は、予算の範囲内で補助率の調整(補助金額の減額)をする場合があります。 ※ツキノワグマの錯誤捕獲防止のため必ず脱出口(わな上部に直径30cm程度)を設けてください。 ※設置について、設置場所の検討を十分に行い、土地所有者の土地利用承諾をとるなど他人の迷惑にならないよう注意してください。

●連絡先:庄原市 企画振興部 林業振興課 TEL:0824-73-1124 / Fax:0824-72-3322
E-mail: ringyo@city.shobara.lg.jp



西城支所地域振興室 TEL(0824)82-2181
 東城支所産業建設室 TEL(08477)2-5008
 口和支所地域振興室 TEL(0824)87-2113

高野支所地域振興室 TEL(0824)86-2113
 比和支所地域振興室 TEL(0824)85-3003
 総領支所地域振興室 TEL(0824)88-3065



庄原市まちづくり応援補助金のご案内

庄原市まちづくり基本条例にもとづき、参画と協働による市民が主役のまちづくりを推進するとともに、まちづくり活動に対する機運の醸成、啓発を図るため、市民団体の公益的なまちづくり活動に対して補助金を交付します。



◆ 補助対象となる団体

対象となる団体は、以下の項目全てに該当する団体となります。

- 市内に活動拠点があり、市内で活動をする団体（活動予定も含む）
- 市内に在住・勤務・在学する者5人以上で構成されている団体
- 庄原市市民活動団体登録制度※に登録している団体（補助金申請と同時に登録可）

※庄原市市民活動団体登録制度とは

庄原市で活動中の市民活動団体の情報を広く公開することで、団体の活動のPRや他団体等と連携し、まちづくりを進めるための制度です。

■ 団体登録をすると・・・

登録された団体情報を市ホームページ等に掲載、活動促進に役立つ情報の提供、行政回覧の利用可能、など。

■ 団体登録をするには・・・

登録申請書と団体の規約や会則等を自治定住課または各支所総務室へ提出

◆ 補助対象となる事業

対象となる事業は、自由な発想やアイデアを大切にした特色ある活動で、次の項目全てに該当するものです。

- 公益性を有すること※

※社会一般のためになる公共の利益となる活動で、不特定多数の方へ参加機会が開かれているもの。

- 団体の設立目的や理想を実現するために、新しく始める事業や発展的な取組みとして実施する事業
- 市内で実施する事業、または市内に事業効果が広まることが期待できる事業
- 令和5年度中に完了する事業

◆ 申請受付

受付期限：令和5年5月31日（水）必着

（事業・手続き等についての事前のご相談も自治定住課にて受け付けております）

◆ 補助金の内容

補助金の内容については次のとおりです。

	市民活動団体	学生を中心に構成する団体 (構成員の7割以上が学生である団体)
1団体あたりの 補助金の額	補助対象経費から当該事業に係る 収入を差し引いたものの4/5以内 (上限100万円)	補助対象経費から当該事業に係る 収入を差し引いたもの (上限30万円)
補助制限	同一年度内において1団体1回限り	
補助対象経費	報償費、旅費、消耗品費、印刷製本費、役務費、使用料・賃借料、 委託料、備品購入費、その他市長が認める経費 ※備品購入費、委託料については補助対象経費の1/2以内とする	
補助の対象に ならないもの	団体の事務所等を維持するための経費、経常的な活動に要する経費、構 成員による会合の飲食費、構成員に対する人件費、謝礼等、その他市長 が適当でないと認める経費	

補助金額において1,000円未満の端数があるときは、その端数を切り捨てます。

◆ 審査

補助事業の決定にあたり、申請書の書類審査後、審査会を開催し、プレゼンテーションによる審査を行います。

令和5年度の審査会は6月下旬を予定しています。

◆ 事業報告

補助金の採択を受けた団体は、補助事業を実施した翌年度に市が開催する事業報告会において、採択事業の実施状況・効果について登壇発表をしていただきます。

【お問い合わせ・申請先】

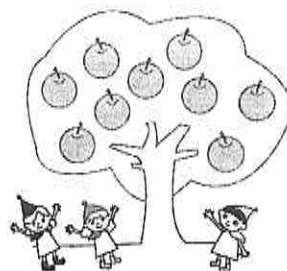
庄原市企画振興部 自治定住課 自治振興係

〒727-8501 庄原市中本町一丁目10-1

TEL: (0824) 73-1209 FAX: (0824) 72-3322

E-mail: jichi@city.shobara.lg.jp

制度についてのご質問など、お気軽にご相談ください。



住宅リフォーム支援事業

住宅リフォームに対し、補助金を交付します

市内建築関連事業者の受注機会の増加を図り、地域経済の振興に資することを目的に、市民の皆さんが行う住宅のリフォームに対して補助金を交付します。

申請の受付は先着順で、予算額に達し次第締め切ります。

リフォームを予定されている方はお早目に申請をお願いします。

1. 補助金を受けられる対象者は？

- (1) 市内に居住する市民で、市内に所有する住宅をリフォームされる方
- (2) 市税、介護保険料、保育料、下水道使用料等の滞納がない方（世帯員を含む。）
- (3) 過去にこの補助金（小規模建築等事業者支援事業を含む。）の交付を受けていない方

2. 補助の対象となるリフォームは？

- (1) リフォームに要する経費（税込み）が 30 万円以上 であること。

リフォーム工事	内 容
建物の修繕工事、建物の利便性を向上させる工事及び建物の寿命を延ばす工事で右記の表に掲げるもの	① 基礎（犬走りを含む。）、土台、柱、梁、屋根（雨樋を含む。）及び床の修繕並びに改修
	② 外壁、床、内壁（建具を含む。）及び天井の仕上げ材の修繕並びに改修
	③ 間取り及び部屋の改修
	④ 給排水設備配管に関わる修繕並びに改修
	⑤ 電気設備配管及び配線に関わる修繕並びに改修
	⑥ その他これらに類するもので市長が認めるもの

〔留意点〕

- ① 対象となる「住宅」は、現に居住又は居住しようとする既存の家屋です。
倉庫、車庫、納屋、塀等の外構修繕工事、また共同住宅のリフォームは対象となりません。ただし、倉庫や車庫等を住宅にリフォームする工事は対象となります。
- ② 改修には、増築、改築、模様替え又は改造を含みます。
- ③ カーテン、ブラインド類、網戸の新調及び取替に限ったものは対象となりません。
- ④ 家庭用電化製品、電磁調理器、ガスコンロ、給湯器等の購入及び取替に限ったものは対象となりません。

- (2) 市内住宅リフォーム事業者に請負わせて行うリフォームであること。

請負業者が、申請日現在において、市内に本店若しくは本社が登記されている法人又は市に納税申告している個人事業者であること。

請負業者が下請けを依頼する場合、1 次下請けが全て市内業者であること。

- (3) リフォームは補助金の交付決定後に着工し、年度内（3 月末）に完了すること。

3. 補助金の額は？

リフォームに要した経費の10%で、10万円を限度に補助します。

4. 他の制度と併用して利用できるの？

「庄原市地域木材住宅建築普及奨励金」以外の制度と併用して利用することはできません。
また、この制度による助成は、同一申請者、同一住宅につき1回限りです。

5. 補助金の申請に必要な書類は？

申請に必要な書類

- | | |
|-----------------|---|
| ① 補助金交付申請書 | ⑥ 市内業者であることに関する申告書 |
| ② 工事見積書 | ⑦ 施工業者が市内業者であることを証する書類（所得税の確定申告書の写し又は登記簿の写しなど） |
| ③ 平面図 | ⑧ 下請けの場合、1次下請け業者リスト（任意様式）及び下請業者が市内業者であることを証する書類 |
| ④ 付近見取図（住宅の位置図） | |
| ⑤ 施工予定箇所の写真 | |

※ ⑥⑦⑧は請負業者へ相談してご準備ください。

※ 申請に必要な様式は、本庁の都市整備課又は各支所の担当室に備えています。
庄原市HPからもダウンロードできます。

補助金の申請はいつから？

申請は、令和5年4月20日（木）から受け付けます。

申請は先着順で受け付け、順次審査し補助金の交付を決定します。

予算額に限りがありますので、予算額に達し次第締め切ります。

<お問い合わせ・申請先>

制度に関する問い合わせや相談、申請書等の提出先は次のとおりです。

庄原市 環境建設部都市整備課

電話：(0824) 73-1172 FAX：(0824) 73-1147

Email：toshi-kanri@city.shobara.lg.jp

西城支所 地域振興室 (0824) 82-2181

東城支所 産業建設室 (08477) 2-5141

口和支所 地域振興室 (0824) 87-2113

高野支所 地域振興室 (0824) 86-2113

比和支所 地域振興室 (0824) 85-3003

総領支所 地域振興室 (0824) 88-3065



環境しょうばら

次世代へつなぐ 庄原の里山環境

発行日	令和 5 年 4 月 5 日
発行元	環境建設部 環境政策課
TEL	0824-72-1398
FAX	0824-72-5517
mail	kankyo- seisaku@city.shobara.lg.jp

野焼きは法律で禁止されています。(火災に注意！)

野外焼却は法律(廃棄物の処理及び清掃に関する法律第 16 条の 2)で禁止されています

違反した場合、5 年以下の懲役もしくは 1,000 万円以下の罰金に処せられます。

(懲役と罰金が併科されることもあります)

野外焼却は火災の原因にもなり非常に危険です。庄原市内においても、ごみの焼却が原因で火災になる事例が毎年、多く発生しています。ごみの野外焼却は絶対に行わないでください。※ドラム缶や基準を満たしていない焼却炉での焼却も違法です。

なお、農作業などで出た草や、とんど等の地域行事で焼却することは禁止の例外とされていますが、むやみに燃やしてよいということではありません。

禁止の例外の野外焼却を行う場合には、火災に十分注意し近隣の方の迷惑にならないように、風向きや時間帯、焼却量を考慮して行ってください。

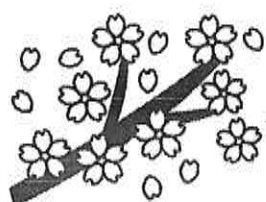
ゴールデンウィークのごみ処理について

■施設の開放日(●) ※収集はごみカレンダー通りです。

4/30 日 (日)	5/1 日 (月)	2 日 (火)	3 日 (水)	4 日 (木)	5 日 (金)	6 日 (土)	7 日 (日)
休	●	●	休	休	休	休	休

施設名等	持ち込み可能なごみ	受付時間
備北クリーンセンター 〒727-0016 庄原市一木町 5263-5 TEL(0824)72-2044	燃えるごみ	9:00~16:00 ※12:00~13:00 の持ち込みはできません
リサイクルプラザ 〒727-0003 庄原市是松町 20-25 TEL(0824)72-1398	燃えるごみ以外	9:00~15:00 ※12:00~13:00 の持ち込みはできません
東城クリーンセンター 〒729-512 庄原市東城町久代 6671-2 TEL(08477)2-0214	燃えるごみ 燃えるごみ以外	9:00~16:00 ※12:00~13:00 の持ち込みはできません





ステンドグラス講座のご案内

庄原市リサイクルプラザでは、ごみとして出されたガラスを使ってステンドグラスを製作する講座を開催しています。

ステンドグラスの製作を通し、ごみの減量化と資源の有効利用について一緒に楽しく学びませんか。

皆さんのご参加をお待ちしています。

お申込みは、庄原市環境建設部環境政策課（庄原市リサイクルプラザ内）

連絡先：0824-72-1398 までお願いします。

.....

- 日 程：下記「令和5年度 年間スケジュール」のとおり
- 時 間：10：00～15：00 頃
- 場 所：庄原市リサイクルプラザ（庄原市是松町 20-25）
- 持参物：エプロン・軍手・昼食
- 会 費：2,000 円前後／回
- 定 員：10 名／回 ※定員になり次第、受付を締め切らせていただきます。
- その他：感染症対策のため、マスクの着用をお願いします。



令和5年度 年間スケジュール				
4月	9日（日）	20日（木）	25日（火）	
5月	14日（日）	18日（木）	23日（火）	
6月	11日（日）	15日（木）	27日（火）	
7月	9日（日）	20日（木）	23日（日）	25日（火）
8月	8日（火）	17日（木）	22日（火）	27日（日）
9月	10日（日）	21日（木）	26日（火）	
10月	8日（日）	19日（木）	24日（火）	
11月	12日（日）	16日（木）	28日（火）	
12月	7日（木）	10日（日）	19日（火）	
1月	14日（日）	18日（木）	23日（火）	
2月	11日（日）	15日（木）	27日（火）	
3月	10日（日）	21日（木）	26日（火）	

環境標語（令和4年度環境と健康のポスター・標語コンクール）

くりかえし たいせつにする リサイクル

栗田小学校2年 若林 晴斗



橋梁保全工事に伴う停留所「九丁」の移設について (お知らせ)



地域の皆さまには、公共交通をご利用いただき、ありがとうございます。

さて、令和6年3月31日(予定)まで、中国自動車道に架かっている九丁橋の橋梁保全工事が行われます。このため、同期間で庄原インターチェンジ付近に設置されている停留所「九丁」が次のとおり移設されます。

ご利用いただいている皆さまには、ご迷惑をおかけいたしますが、ご理解とご協力をよろしくお願いいたします。

また、ご利用の際は間違えないよう、お気をつけください。

記

1. 変更の内容

停留所「九丁」の移設【裏面参照】

「九丁」を経由するバス路線

- ・路線バス「本村線」(備北交通株)
- ・庄原地域 市営バス「高門線」(有)石田タクシー
- ・庄原地域生活バス「野谷線」(有)石田タクシー
- ・総領地域 市営バス「庄原・総領線」(株)里山総領

2. 変更する期間(予定)

令和6年3月31日(日)まで

3. その他

運行日、運行時刻に、変更はありません。

【問い合わせ先】

▼路線バス「本村線」に関すること

備北交通株 TEL:0824-72-2122

▼地域生活バス、市営バス(高門線)に関すること

石田タクシー(有) TEL:0824-72-1181

▼市営バス(庄原・総領線)に関すること

庄原市総領支所 TEL:0824-88-3063

▼その他生活交通に関すること

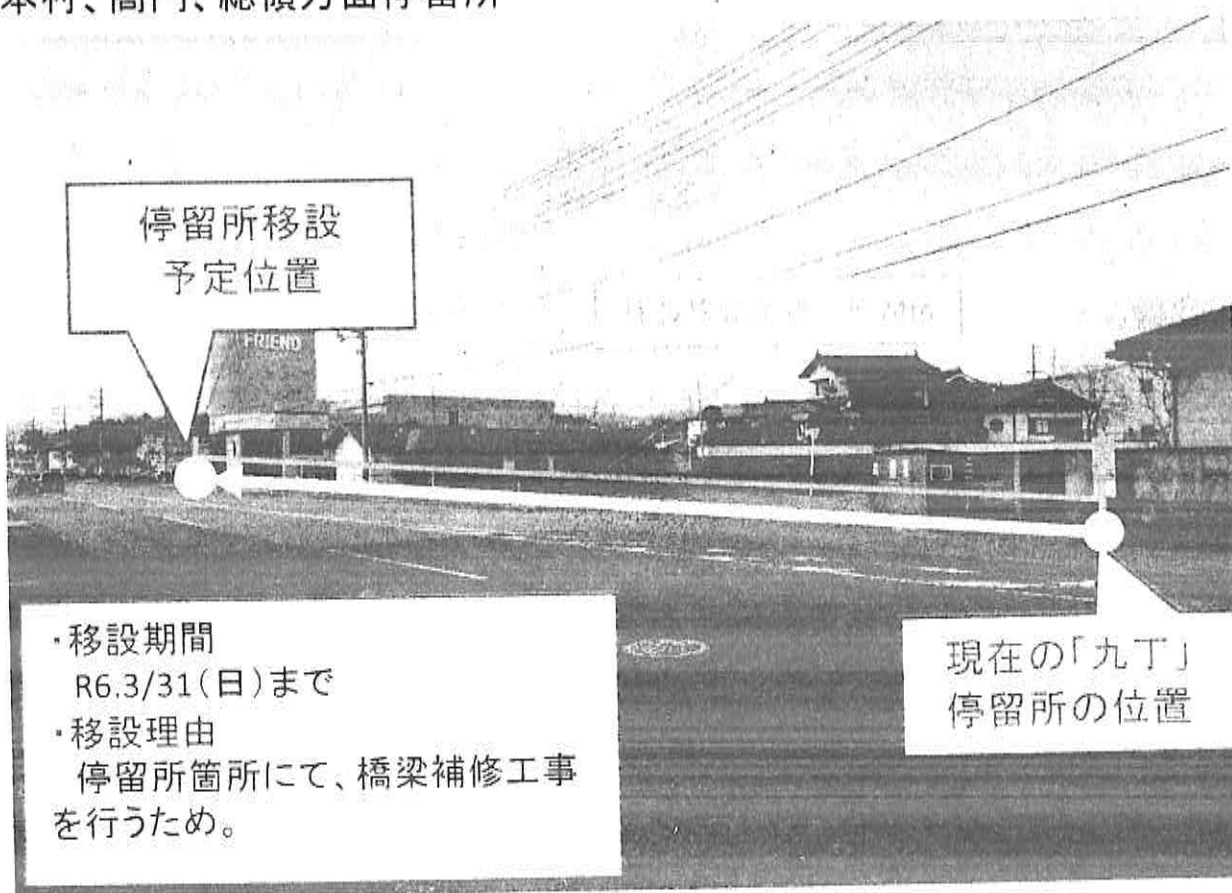
庄原市生活福祉部地域交通課 TEL:0824-73-1156 FAX:0824-72-3322

e-mail: chiikikoutsu@city.shobara.lg.jp

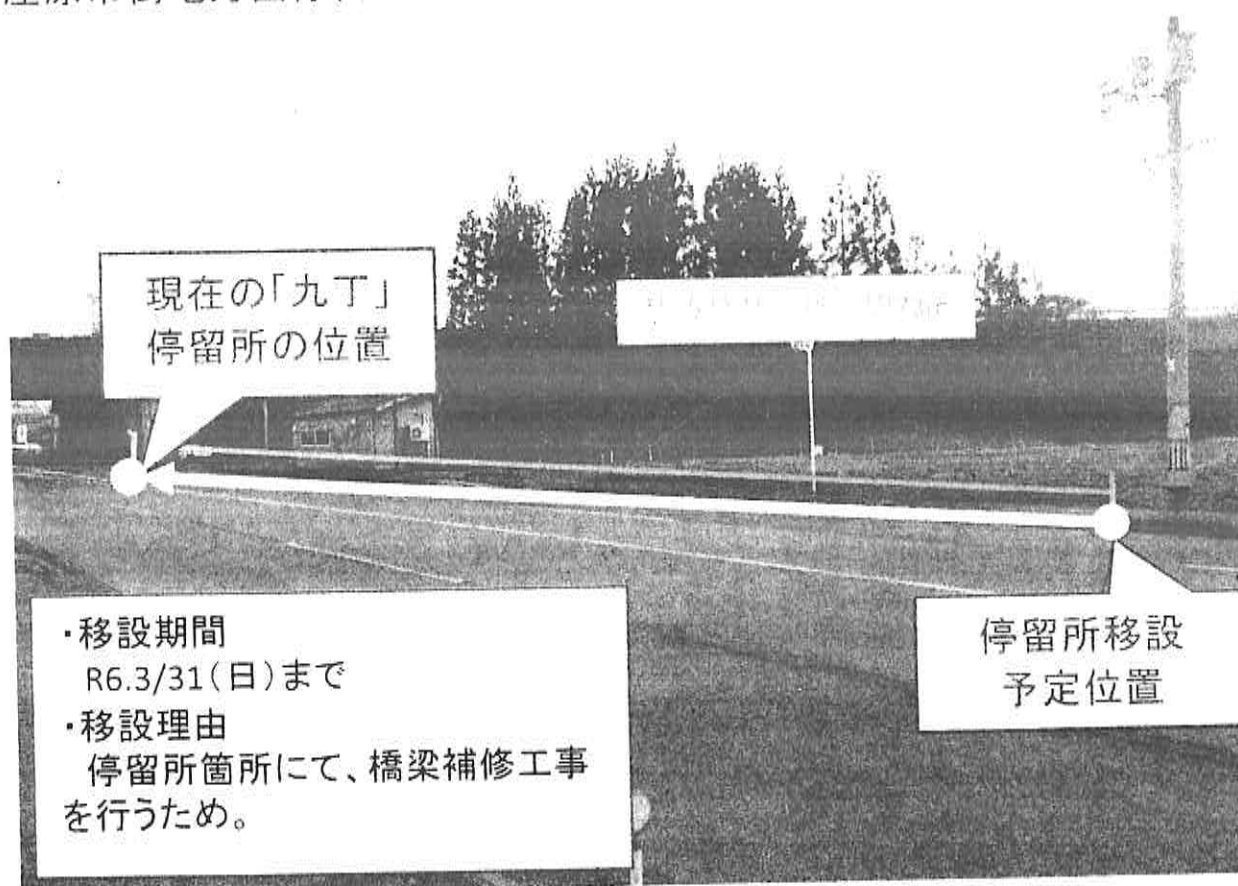
裏面もご覧ください

▼停留所「九丁」の移設

○本村、高門、総領方面停留所



○庄原市街地方面停留所



令和5年度 要約筆記入門講座のご案内

要約筆記とは・・・

講演、会議、集会等の場において、難聴者（耳の聞こえない・聞こえにくい方）を対象に、パソコンや手書きにより、話者の話を文字情報（短い要約文）に変えスクリーンに映し出す、または難聴者の横で紙などに書いて伝える作業をすることです。

入門講座ではパソコンでの要約筆記を行います。

下記の日程で開催いたしますので、皆さんの受講をお待ちしています。



※ 本講座の日程は、事情により、変更または中止になる場合があります。

- | | | | |
|-----------------|--------------------|-----------------------------|-------------|
| ■日 | 時 | 毎月第2、第4土曜日 | 13:30～16:00 |
| (変更になる場合があります。) | | | |
| ■場 | 所 | 庄原市ふれあいセンター（庄原市西本町四丁目 5-26） | |
| ■受 | 講 | 料 | 無料 |
| ■申し込み先 | 庄原市要約筆記サークル「銀の鈴」藤原 | | |

TEL 0824-72-4527

※参加しようと思われる方は、あらかじめ連絡をお願いします。

※体験受講や途中参加も歓迎します。

- | | | |
|---------|------------------------|------------------------------------|
| ■主 | 管 | 庄原市要約筆記サークル「銀の鈴」 |
| ■共 | 催 | 庄原市身体障害者連合会 庄原市社会福祉協議会 |
| ■問い合わせ先 | 庄原市 生活福祉部 社会福祉課 障害者福祉係 | |
| TEL | | 0824-73-1210 |
| FAX | | 0824-75-0245 |
| Mail | | fukushi-syougai@city.shobara.lg.jp |



令和5年度・前期

手話入門講座

言語・聴覚に障害のある人との円滑なコミュニケーションを目的に、次のとおり「手話入門講座」を開催します。

障害者の福祉増進にご理解をいただき、多くの市民の皆様にご受講いただきますようご案内します。



- ◆ 主催 庄原市
- ◆ 主管 手話サークル「わかくさ」
- ◆ 後援 庄原市身体障害者連合会 庄原市社会福祉協議会
- ◆ 日時

第1回	4月15日(土)	第6回	5月27日(土)
第2回	4月22日(土)	第7回	6月 3日(土)
第3回	5月 6日(土)	第8回	6月10日(土)
第4回	5月13日(土)	第9回	6月17日(土)
第5回	5月20日(土)	第10回	6月24日(土)

計10回 すべて13時～15時まで

- ◆ 場所 庄原市保健福祉センター
- ◆ 受講料 無料 ※テキスト代(実費300円)が必要です。
- ◆ 指導 手話サークル「わかくさ」のみなさん
- ◆ 内容 手話法の実技

※ 開講式は4月15日の13時から、閉講式は6月24日の15時から行います。

※ 受講終了者には、手話講習カードが交付されます。

※ 事前申込は不要です。

※ 本講座の日程は事情により、変更または中止になる場合があります。

お問い合わせ 庄原市 生活福祉部 社会福祉課 障害者福祉係
TEL 0824-73-1210 FAX 0824-75-0245
Mail fukushi-syougai@city.shobara.lg.jp



総合体育館だより

ホームページ



scutai.sakura.ne.jp

twitter



@shobara1993

LINE
公式アカウント



@165bbqjr

Facebook



@shobara.gym



令和 5 年 4 月 5 日 発行

庄原市総合体育館

管理者 庄原市総合サービス(株)

TEL(0824)72-8000 / FAX(0824)72-8001

sakura-arch@guitar.ocn.ne.jp

庄原市教育委員会教育部

生涯学習課生涯学習係

TEL(0824)73-1188 / FAX(0824)73-1254

syogaigakusyu@city.shobara.lg.jp

2023年度 スポーツ教室・講習会のお知らせ

夏ヨガ教室

【実施日】 ⁵8 15 22 29 ⁶5 12 19 26 (月曜日・全8回)

【時 間】 ◆ 9:10~10:00 (1部:初級・中級者向け) ◆ 10:10~11:00 (2部:初級者向け)
◆ 11:10~12:00 (3部:中級・上級者向け)

【場 所】 総合体育館 武道場等 【対 象】 18才以上の女性 【参加費】 1,000円/1回

エクササイズ

カーディオEX教室

【実施日】 ⁵8 15 22 29 ⁶5 12 19 26 (月曜日・全8回)

【時 間】 19:30~20:30 【場 所】 総合体育館 武道場

【対 象】 中学生以上 【参加費】 500円/1回

心臓機能を高める有酸素運動で、持久力の向上や健康増進を図るフィットネスエクササイズです。

ぴちぴちトレーニング教室

【実施日】 ⁵9 16 23 30 ⁶6 13 20 27 (火曜日・全8回)

【時 間】 9:30~11:00 【場 所】 総合体育館 トレーニング室

【対 象】 概ね60歳以上の方 【参加費】 700円/1回



ボディメイク講習会 座学編

【実施日】 5月24日(水) 9月20日(水) 1月24日(水)

【時 間】 19:00~20:30 【場 所】 総合体育館 第一会議室

【対 象】 高校生以上の方 【参加費】 無 料

肉体改造をして、その体型を維持したい方!美しくエレガントな身体を手に入れたい方!

ボディメイク講習会は、実践編と座学編、どちらか一方のみの受講、1回だけの受講も可能です。

ボディメイク講習会 実践編

【実施日】 5月27日(土) 9月23日(土) 1月27日(土)

【時 間】 15:30~17:00* 【場 所】 総合体育館 トレーニング室

【対 象】 高校生以上の方 【参加費】 1,000円/1回

※受講者が1名のみ場合は、講習時間を15:30~16:30とさせていただきます。



●各教室とも定員になり次第締め切ります。お早めにお申し込みください。

お申込み・お問合せ 庄原市総合体育館 TEL(0824)72-8000 ・ FAX(0824)72-8001