

はんだ健康  
マイレージ

# 動いて食べて健康に!

## サマーナイトフェスティバル



ページ番号 1002793

誰でも気軽にできるニュースポーツで、夏の楽しい思い出を作りませんか。

**時** 8月30日(土) 18時～21時

**場** 成岩中学校運動場

※雨天中止

**対** どなたでも(小学生以下は保護者同伴)

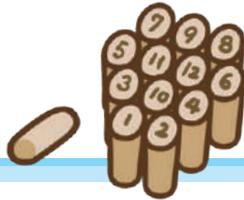
**内** モルック、グラウンド・ゴルフなど

※先着150名に参加賞もあります。

**料** 無料(申込不要)

**持** 飲み物、タオル

**問** スポーツ課 ☎22-1184



## 骨太フッキング



ページ番号 1010074

バランスの良い食事や、手軽にカルシウムがとれる献立を楽しく学びます。管理栄養士によるミニ講話の後、ボランティア団体「食生活改善推進員協議会」が料理教室を開催します。

**時** 8月30日(土) 9時30分～13時  
(9時15分～受付開始)

**場** 神戸公民館 調理室

**対** 市内在住・在勤の18歳以上の方

**定** 15名(先着順)

**持** エプロン、三角巾、マスク、手拭きタオル、ふきん、お米1/2合、飲み物

**料** 400円

**申** 8月7日(木)～25日(月)に  
申込みフォームまたは電話で  
健康課へ。 ☎84-0662



## モルック教室

ページ番号 1010015

木の棒を投げて、地面に並べられた木のピン(スキttl)を倒し、得点を競うゲームです。

**時** 9月14日～10月5日の毎週日曜日(全4回)  
9時30分～11時30分

※参加できない日があっても受講可能

**場** 有脇小学校体育館

**対** 市内在住、在勤、在学の小学4年生以上

※小学生は保護者同伴

**定** 20名(先着順)

**持** 室内用シューズ

**料** 無料

**申** 8月7日(木)～29日(金)に申込  
フォームからお申込みください。

**問** スポーツ課 ☎22-1184



## 自然体験・観察会～神戸川の生き物～

神戸川で実際に捕まえた生き物の説明を聞きながら観察します。

**時** 9月20日(土) 9時30分～11時30分

**集合場所** 青山公園駐車場

**対** 市内在住の方

※小学生以下は保護者同伴

**定** 40名程度(抽選)

※申込者多数の場合は環境保全標語コンクールに応募している方を優先します。

**料** 無料

**持** タモ・バケツ・すべらない靴など

**申** 8月18日(月)までに申込みフォームからお申込みください。

**問** 環境課 ☎21-4001

