

市長がみなさんの話を聴きに
みなさんのもとへ飛び込みます！

岩見沢のまちづくり市長と話してみませんか

**市長室
開放**

□市長室開放

市長の執務室を皆さんに開放し、市長が市民の皆さんと直接会って、まちづくりなどについて語り合う場です。市長室開放は、広報いわみざわで開催日程などをお知らせします。

□移動市長室

各種団体、町内会、学校、サークルなど、団体の皆さんと市長が膝を交えて語り合う場です。少人数の集まりにも市長が伺い、希望するテーマで意見交換をしますので、お気軽にお問い合わせください。

移動市長室・市長室開放とも、個人的なお話や宗教に関するお話はご遠慮ください。

移動

市長室

問合せ 市秘書課

9月6日・7日

ソフトテニス交流大会を開催

第22回全国健康福祉祭 北海道・札幌大会
ねんりんピック北海道・札幌2009
ねんりに 夢を大志を 青春を

全国各地から選りすぐりの選手たちが訪れ、白熱したプレーが繰り広げられます。市民の皆さんの応援をお願いします。



内容 会場	交流試合		表彰式
	9月6日(日)	9月7日(月)	9月7日(月)
東山公園庭球場	○	○	○
岩見沢東高等学校	○	○	
岩見沢西高等学校	○	○	
岩見沢農業高等学校	○	○	

時間 交流試合 午前8時30分～午後4時30分

表彰式 午後4時45分～5時15分

※荒天時は会場が変更になる場合があります。

問合せ ねんりんピック北海道・札幌2009 岩見沢市実行委員会事務局(総合公園) ☎ 20局 0880

ひゃっぴい体操

こんな体操です！

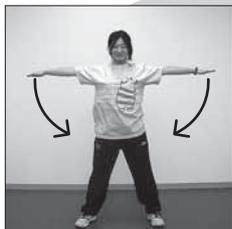
(1回目)



ひゃっぴい体操は、市民の皆さんに親しみを持ってもらえるように、岩見沢の百餅祭りの百餅ばやしを編曲した音楽となっています。体操の動きにも、お祭りを意識した動きが入っています。

今回から3回シリーズでひゃっぴい体操の特徴を皆さんにお知らせします

肩関節の筋肉を伸ばすストレッチです



外回りで大きく腕を回して



力こぶしをつくら



内回りで大きく腕を回して



頭の上で輪をつくり、大きな声で

肩こりの予防に効果的ですよ

緑の大地 岩見沢!!

問合せ 岩見沢保健センター (10西3) ☎ 25局 5540