

温水プールで健康づくりが
気軽にできます



「湯・遊健康講座」

会場を変更して 内容をより充実

アクアビクスと水泳教室の参加者募集

国民健康保険・後期高齢者医療制度の加入者を対象とした「湯・遊健康講座」は、開催場所をクア・アルプからひだホテル内のヒーローズイミングスクールに変更して開催します。新規事業として「水泳教室」も加わり、内容もますます充実しました。

《アクアビクス》

体にかかる浮力、水圧などの負荷を利用するスポーツで元気な人はもちろん、肩こり、腰痛、膝に不安のある方などにお薦めです

(指定曜日の計6回のコース)

定員 各コース45人

○Aコース

期日 6月1日～毎週月曜

時間 午前10時～11時

○Bコース

期日 6月4日～毎週木曜

時間 午後1時～2時

《水泳教室》

自分の能力に合ったコース

を選択できます。
(指定曜日の計6回のコース)
定員 各コース6人
クラス説明
レディースクラス／泳げない方から泳げる方までの女性限定
成人クラス／健康促進や成人病予防のクラスで中学生以上
シルバークラス／おおむね50歳以上の男女
リハビリクラス／浮力を利用して足腰に負担をかけない運動をします

○レディースクラスC

期日 6月2日～毎週火曜

時間 午前10時～11時30分

○レディースクラスD

期日 6月4日～毎週木曜

時間 午前10時～11時30分

○成人クラスE

期日 6月2日～毎週火曜

時間 午後6時45分～8時

○成人クラスF

期日 6月4日～毎週木曜

時間 午後6時45分～8時

○シルバークラスG

期日 6月3日～毎週水曜

時間 午後2時～3時30分

○シルバークラスH

期日 6月5日～毎週金曜

時間 午前10時～11時30分

○リハビリクラスI

期日 6月7日～毎週日曜

時間 午前10時～11時

共通事項

受講料 無料

場所 ヒーローズイミングスクール(花岡町2・ひだホテルプラザ内)

申込方法 希望コース、住所、氏名、生年月日、電話番号、保険証の記号番号、または被保険者番号、返信先を記入し、5月12日(火)までにHPで保険医療課まで申し込む

問合せ先

保険医療課

35-3137

官学連携で 魅力ある地域づくり

高山市と岐阜大学が包括連携協定を締結

市では、さまざまな課題に対応するため、多様な団体との連携を進めています。4月17日には、岐阜大学との包括連携協定の締結式が行われ、森秀樹学長と土野市長が協定書を取り交わしました。

高山市と岐阜大学は、すでに市教育委員会と教育学部が、教職員の資質向上研修などに関する連携協定を締結しているほか、市民カレッジの講師などとしても数多くの協力をいただいています。また、今年度からは産学

官ネットワークの強化を目的に、市職員を岐阜大学産官学融合本部へ派遣しています。

今回の協定は、高山市と岐阜大学が幅広い分野で包括的に連携・協力して、地域の特長や個性を生かした創造的な取組みを促進し、相互の発展を図ることを目的としたもの。

高山市の大学との協定締結は、岐阜経済大学(平成16年10月)、松本大学(平成19年10月)に続いて3校目となりました。



協定書を手にする土野市長(左)と森学長(右)。環境や農林業など幅広い分野での連携が期待されます

問合せ先

企画課

35-3131