

生き生き体験学級
元気アップ運動教室

受講生
募集

～健康体操で心身をリフレッシュ～

- 日時 6月1日(月)・8日(月)・15日(月)・22日(月)
午後1時30分～3時30分
- 場所 湯沢勤労青少年ホーム 2階スポーツ室
- 講師 古川 勉氏(秋田県「元気アップ運動教室」認定指導者)
- 対象 市内に在住または在勤の方
- 持ち物 内履き、飲み物など
- 受講料 1,000円
- 定員 20人(先着順)
- 申込み 5月8日(金)から22日(金)までの期間中、受講料を持参し下記の窓口までお越しください(受付時間:午前9時～午後5時(平日のみ))。電話での申込みはできません。

問 湯沢生涯学習センター (☎73-1132)

チャレンジウォーキング
in SPRING

参加者
募集

体を動かす爽快感とともに、今まで気付かなかった湯沢の魅力に出会えるかも!?動きやすい服装でご参加ください。

- 日時 5月23日(土)午前9時30分～正午
- コース Aコース(ロングウォーク)
Bコース(まちなか散策コース)
- 発着地点 市役所本庁舎前(各コース共通)
- 持ち物 飲み物、タオル
- 申込み 5月19日(火)まで、下記へ電話またはメールで「氏名」「住所」「連絡先」「希望コース」をお知らせください(当日参加も可能ですが、事前申込みにご協力ください)。

問 生涯学習課スポーツ振興班 (☎55-8286 ✉k-sports@city.yuzawa.lg.jp)

スポーツ教室
参加者募集!!

健康維持や運動不足解消に
ニユースポーツ体験教室(第1期)

- 日時 5月18日(月)・25日(月)、
6月8日(月)・22日(月)、
7月6日(月)・13日(月)
午後1時30分～3時30分
- 場所 総合体育館 など
- 種目 ノルディックウォーキング、ミニテニス、
ファミリーバトミントン など
- 対象 市内在住の18歳以上の方
- 定員 30人
- 講師 三浦 敬樹氏(健康運動指導士)
- 参加料 1,300円



楽しく体を動かして
元気と健康をチャージ
生きがい健康教室

- 日時 5月12日(火)～7月14日(火)、9月1日(火)
～12月22日(火)の毎週火曜日
午後7時～8時45分
- 場所 総合体育館 など
- 種目 有酸素運動、レクリエーションスポーツ、
体力測定 など
- 対象 市内在住の18歳以上の方
- 定員 30人
- 講師 三浦 敬樹氏(健康運動指導士)
- 参加料 5,000円



ユースポ
湯沢のスポーツ情報

※市のホームページにもスポーツ情報を掲載しています。

呼吸は「心と体の架け橋」
ヨガ教室

- 日時 5月12日(火)・19日(火)・26日(火)、
6月2日(火)・9日(火)・16日(火)・
23日(火)・30日(火)、
7月7日(火)・14日(火)
午前10時30分～11時30分
- 場所 総合体育館 など
- 対象 18歳以上の方
- 定員 20人
- 講師 白野 さや子氏
- 参加料 1回600円/全10回一括5,000円

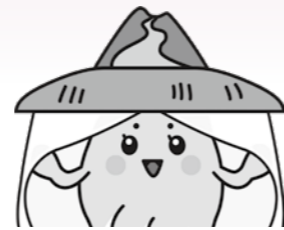


豊かなこころを育み、
健やかなからだの発達を促します
カンガルースクール

- 日時 5月14日(木)～令和9年2月4日(木)の
第2・4木曜日
午後3時30分～4時30分
- 場所 総合体育館 など
- 種目 親子体操、リズム運動、器具運動 など
- 対象 2～3歳程度の子どもと一緒に運動
できる家族の方
- 講師 戸田 加代子氏ほか
- 参加料 1回500円/全14回一括5,000円



ゆざわ ジオパーク



ゆざわや全国のジオパークを知りたい!/
そんな方におすすめなのが『GEOPARK magazine』



この雑誌では、日本各地のジオパークの魅力や、地域の資源や歴史、文化、さらには特産品や人々の暮らしまで、幅広い視点から紹介しています。写真やわかりやすい解説を通して、それぞれの地域が持つ個性や見どころを楽しく知ることができます。

2026Vol.13では、湯沢市が紹介され、稲庭うどんや川連漆器といった市を代表する特産品をはじめ、地域の魅力を伝える認定ジオガイドの活動などが掲載されており、ゆざわの特色を改めて感じられる内容となっています。全国のジオパークの取組みとあわせて読むことで、それぞれの特色や共通点に気付くことができ、新たな発見につながります。

ジオパークをすでに知っている方はもちろん、これから知りたいという方にもおすすめの一冊です。興味のある方は、お気軽に事務局までお問い合わせください。

問 湯沢市ジオパーク推進協議会(観光・ジオパーク推進課ジオパーク推進班) ☎55-8195 ✉geopark@city.yuzawa.lg.jp

申込み 参加料を持参の上、総合体育館で手続きしてください。申込書、開催要項は総合体育館に備え付けています。

問 総合体育館 (☎72-6500)

「パークゴルフ場」がオープン!

- 利用期間 10月31日(土)まで
- 利用料金 一般:半日200円 小中学生:半日100円
※半日=午前9時～正午、正午～午後5時

◎道具をお持ちでない方には、専用クラブおよびボールを無料で貸し出しています。

初めてパークゴルフをされる方も気軽に足をお運びください!



問 総合体育館 (☎72-6500)