

こんにちは 地域包括支援センターです!



「水中エクササイズ」

7回
開催します!

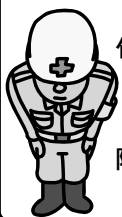
↑ 水の中でリラックスして、楽しく水中運動を学んでみませんか?

↑ 泳ぎではないので、泳げない方も気軽に参加できます。また、水中なので膝や腰の負担が少ないので、安心して運動ができます。



講師	上田 知行 先生(北海道水中運動協会理事)	
対象者	主に65歳以上 運動強度は、65歳以上の方のためのプログラムを用意しますが、64歳以下の方の参加も歓迎します。	
日時	7月 18日(水) 25日(水) 8月 8日(水) 20日(月) 27日(月) 9月 3日(月) 10日(月)	午後13時30分～午後15時30分
場所	赤平市民プール	
参加料	無料(ただし、プール使用料がかかりますが回数券等の利用も可能。)	
定員	25名	
準備するもの	水着、スイミング帽子、バスタオル、飲料水等	
その他	申込みされた方には、健康に関する簡単な調査票をお送りします。	
申込み締切り	7月11日(水)まで	
申込み問合せ	地域包括支援センター ☎ 32-0661	

道道赤平滝川線の新路線切り換えに伴う市道の交通規制について



道道赤平滝川線の山手団地A-1号棟前から道道赤平奈井江線までの区間が、7月上旬から中旬頃に新路線の供用を開始いたします。(切り替え箇所は一時片側交互通行になります。)
 新路線の供用開始に伴い旧路線は通行ができなくなります。
 供用開始に伴い、市道及び交差点の工事のため、市道部分で交通規制が行われますので通行の際はご注意願います。
 ※工事状況に応じて供用開始の時期が多少変更になることがあります。

工事位置図



※₁ 期間については、工事進捗により変更する場合があります。
 ※₂ 旧道については、新路線供用開始後通行止めとなります。

施工中は、通行止め(歩行者通行可能)
 7月中旬頃～9月下旬
 ※通行止め期間中は迂回路にて通行願います。

供用開始以降、旧道は通行できなくなります。