

広域圏施設をご利用ください

スポーツリゾートセンター アリナス

能代市落合字下台2番地1 申込み・問合せ ☎54-9200

開館時間：午前9時～午後9時
休館日：12月28日～1月4日

個人使用料金：アリーナ 200円、トレーニングルーム 300円、プール 300円、温泉 300円

健康・体づくりの教室やニュースポーツの普及活動を行っております。

スポーツ講座

- チャレンジスポーツ教室
・・・10月開催予定（9月申込受付）
ユニカールやミニテニスなどの
ニュースポーツを体験できます。
- ミニテニス教室
・・・12月開催予定（11月申込受付）



トレーニングルーム

- バランスボールエクササイズ
・・・毎月開催（前月申込受付）
- メタボ予防運動教室
・・・10月～12月開催（9月申込受付）
ウォーキング、マシントレーニング等を行います。

プール

- 水泳ワンポイントレッスン
・・・11月～12月（10月申込受付）
初心者と初級の2コースがあります。
- アクア体操タイム
・・・毎月開催（前月申込受付）
水の浮力と抵抗力を利用した筋力トレーニングや有酸素運動を行い、持久力や筋力を高めます。腰や膝への負担も軽く、泳げなくても参加できます。



高齢者交流センター おとも苑

能代市字腹鞍ノ沢19番地10 申込み・問合せ ☎58-5295

開館時間：午前8時～午後6時
休館日：毎週月曜日（祝日の場合は翌日）、
12月29日～1月3日

高齢者の生きがい活動支援サービスと、年齢を問わず利用できる交流サービスを行っています。

生きがい活動支援サービス

- 芸能発表会
日時：10月5日（土） 午後0時30分～午後3時

交流サービス

- 陶芸教室
日時：10月10日（木） 午前10時～正午
※電話でお申込みください
- カラオケ大会
カラオケチャンピオン大会
日時：10月13日（日） 午後1時～午後4時
第92回カラオケ大会
日時：12月8日（日） 午後1時～午後4時
- 歌謡教室
日時：毎月第4土曜日 午後1時～午後2時30分
※終了後、4時まで交流会



広域交流センターからの お知らせ

問合せ ☎54-5300

- 事務室横トイレの洋式化工事・屋根の塗装工事が終了しました。
工事期間中は大変ご不便をおかけしました。
- 多目的ホールのテーブルを更新しました。
キャスター付で準備・片付けが容易になりました。

便利になった広域交流センターを
ぜひご利用ください。

看護師又は准看護師及び介護員 募集

勤務場所 特別養護老人ホーム海潮園又は長寿園
募集人員等 若干名
業務内容 利用者（高齢者）への看護・介護業務全般
勤務時間 通常 8：30～17：15（看・介護）
早番 7：30～16：15（看・介護）
遅番 10：00～18：45（看・介護）
夜勤 17：00～9：45（介護のみ）

賃金等 日給、期末手当年2回、夜間勤務手当（介護）、夜間待機手当（看護）、資格手当、職務手当、通勤手当
加入保険等 雇用保険、労災保険、健康保険、厚生年金
申込み方法 希望される方は求人票で詳細を確認し、ハローワークを通じてお申し込みください。

問合せ先 広域事務局 ☎89-2316