

高齢者交流センター おとも苑

能代市字腹鞆ノ沢19番地10 問合せ・申込み ☎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)

おとも苑では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

軽運動・趣味活動を通して生きがい・
健康づくりを支援します

対象：能代市・山本郡にお住いのおおむね65歳以上で介護保険の対象とならない方

料金：1回 700円

内容：健康チェック、入浴、昼食、休養、軽運動、各種レクリエーション行事など
※月に3～4回、マイクロバスで送迎します。



生きがい活動 おたのしみ会

交流サービス

主な施設：健康増進ホール、多目的ホール、創作ホール、研修室、休憩室、浴場

料金：入館料 小学生以上 1回券 300円
回数券(6回分) 1,530円

研修室：午前8時～正午 400円(810円)
正午～午後6時 600円(1,210円)
※()内は冷暖房使用料

食堂：休館日以外、営業します。



健康増進ホール

能代山本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 問合せ・申込み ☎54-9200

開館時間：午前9時～午後9時

■アクア体操【水中運動】

日時：火曜コース(11/14、21、28)

①午後1時30分～午後2時20分

②午後2時30分～午後3時20分

金曜コース(11/10、17、24)

①午後1時30分～午後2時20分

②午後2時30分～午後3時20分

定員：各コース 18名(成人)

費用：1人 1,000円

申込み：10月1日～20日までの間にフロントで申込みください。

※申込み多数の場合は抽選とさせていただきます。



■バランスボールエクササイズ

日時：木曜コース(11/9、30)

午後1時30分～午後2時30分

金曜コース(11/10、24)

午前10時30分～午前11時30分

定員：各コース 20名(成人)

費用：1人 700円

申込み：10月1日～20日までの間にフロントで申込みください。

※申込み多数の場合は抽選とさせていただきます。



プール管理職員募集(会計年度任用職員)

【問合せ先】総務企画課 ☎0185-89-2316

【勤務場所】能代山本スポーツリゾートセンター アリナス

【募集人員等】2名

【業務内容】プール管理業務(利用者の安全確保、清掃等)

【勤務時間】交代制 8:30～18:30の間の4時間

【賃金等】日給制、期末手当年2回、通勤手当

【加入保険等】雇用保険、労災保険

【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。

【その他】会計年度任用職員は、地方公務員(非常勤職員)となります。

