



地域のネットワークを目指して！ つながる☆まちづくり



日時 令和5年3月5日(日曜日)
 時間 14時～(約2時間30分)
 会場 板柳町多目的ホール「あぶる」
 (板柳町大字灰沼字岩井61)
 参集範囲 板柳町民及び町内事業者
 申込方法 事前に電話での申し込みが必要となります。
 (平日8時15分～17時 土日休み)
 申込〆切 令和5年2月24日(金)
 お問い合わせ先 板柳町産業振興課 地域振興係
 TEL 0172-73-2111(内線313)

地域のネットワークを目指して！

今年度は前回の意見で最も多かったアップルモールの活用方法について進めて参ります。講師には弘前大学より辻本侑生氏をお招きし開催します。

アップルモールを使ったイベントを運営してみたい、町を活性化していきたいと思っている方は、是非参加ご参加下さい！

参加料は無料です！

くわしくはこちら
<https://www.town.itayanagi.aomori.jp/info/info-details.php?BunruiID=&id=3565>

モールウォーキングレッスンinイオンモールつがる柏



開催日 2023年3月18日(土)
 時間 10時30分～11時30分
 会場 イオンモールつがる柏1階 シャコちゃんコート及び館内全体
 つがる市柏稲盛幾世41
 問合せ先 イオンモールつがる柏
 TEL:0173-25-3450

時間や天候に左右されずにウォーキング！

寒さが厳しい時期ですね…。いざ運動をしようと思っても、「なかなかきかけがない！」と思っている方も多いのではないのでしょうか？

そこで、イオンモールつがる柏で開催されるウォーキングイベントに参加してみるのはいかがでしょうか？

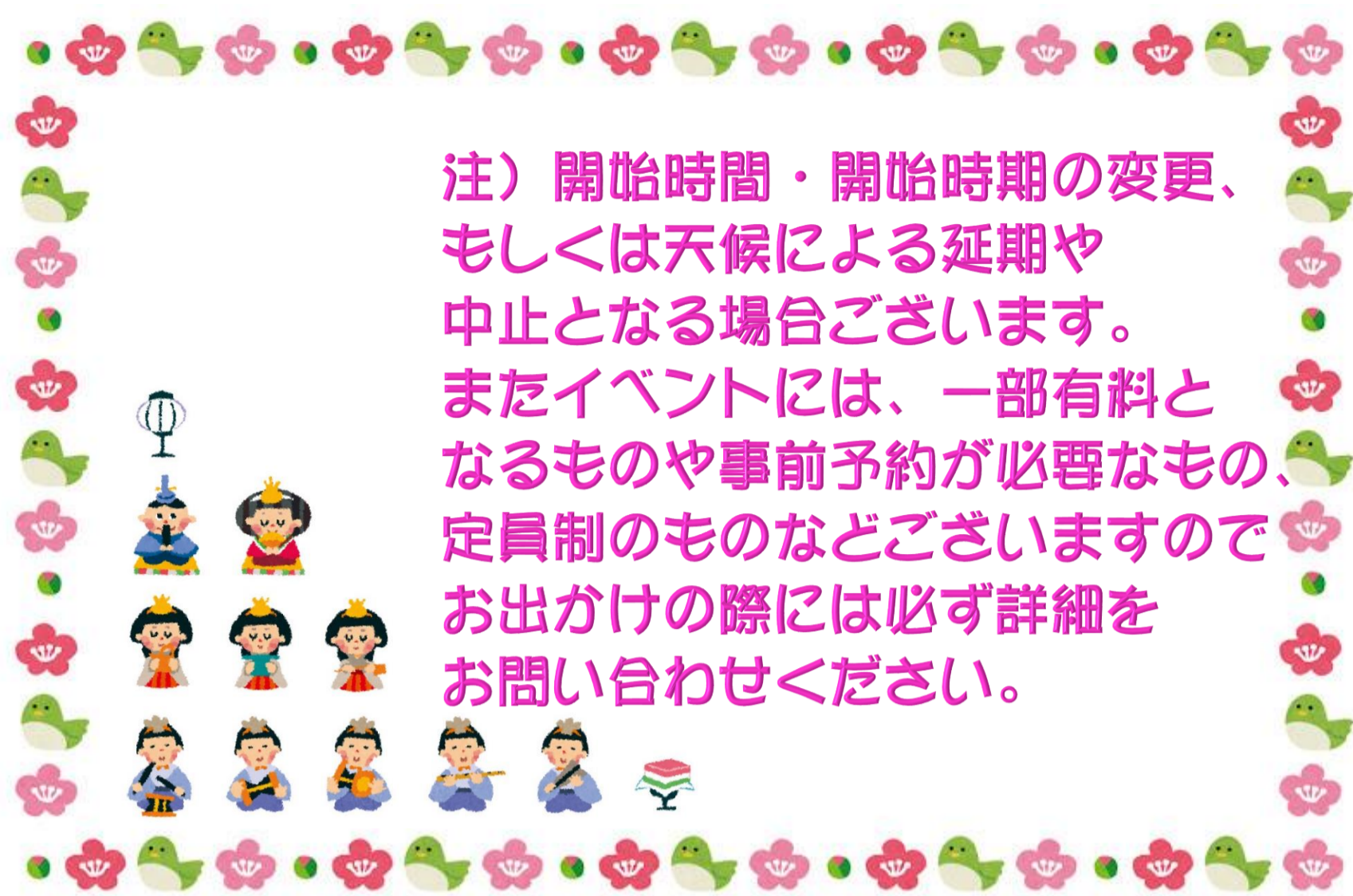
館内をウォーキングコースとしてご利用いただけるので、ご自分のペースに合わせて、休憩、水分・エネルギー補給ができます！歩いて小腹がすいたら、フードコート、レストランでおいしいご飯をどうぞ！

講師は、ウォーキングドクターのデューク更家さん公認ウォーキングスタイリストです。ウォーキングの基礎レッスンを無料で体験することができますよ！

この機会に、新たな1歩を踏み出してみましよう！

※感染症対策をしっかりと行っただうえで実施しております。

くわしくはこちら
<https://tsugarukashiwa-aeonmall.com/news/information/300>



注) 開始時間・開始時期の変更、
もしくは天候による延期や
中止となる場合がございます。
またイベントには、一部有料と
なるものや事前予約が必要なもの、
定員制のものなどございますので
お出かけの際には必ず詳細を
お問い合わせください。

