

私の
Work
Style

広報おおぶで
お店をPR
プレゼント提供事業者
募集中!!!

「私のWork Style」への
掲載と読者へのプレゼン
トを提供できる事業者を
募集しています。

市ウェブサイトで応募状
況を公開していますので、
詳細を確認の上、企画
広報戦略課☎(45)6214)
まで電話で申し込みしてく
ださい。



スタジオ カーラ
studio kalah

西村桂子さんに4つの質問



Q1. studio kalahの自慢は？

少人数制のヨガスタジオで、一人ずつ丁寧にレッスンをしています。また、1日に2~3回のレッスンでチケット制のため、自分のペースで通うことができ、継続が苦手な方でも続くと評判です。

Q2. ヨガの魅力は？

筋力や柔軟性の向上が期待できるほか、呼吸を意識して、集中した状態でヨガに臨むことで、自律神経が整い心身ともに健康な状態へ導きます。初心者でも始めやすく、継続することでとても充実した毎日を送ることができます。

Q3. お仕事へのこだわりは？

会話による利用者との関係づくりを意識しており、悩み相談などを受けられることも多くあります。第二の居場所としてリラックスできる空間で、ヨガの魅力を存分に味わってもらえたらうれしいです。

Q4. 最後にドドンとお店のPRを！

2枚回数券から利用でき、初心者にも安心です。運動不足、スマホの見過ぎで頭がスッキリしないなどの悩みがあればぜひお試しください。



studio kalah

今年で10年目。快適な心と体が入るヨガスタジオです。

住所/追分町1-207 エスガ大門2F ☎090-3442-1861 特徴/駐車場有
営業/①9:30~10:30 ②11:00~12:00 ③20:00~21:00(男性は
土日レッスンのみ利用可) 定休日/月3回不定休

公式サイト Instagram



広報
クイズ
&
アンケート

クイズ正解者の中から、抽選でプレゼントが当たります。

当選者には後日引換券を発送します(商品の発送はしません)。当選者は引換券を店舗に持参し、プレゼントと交換してください。

9月号応募期限
9/15(月)
(消印有効)

今月の広報クイズ

8月から開始した、部活動の地域展開に向けた地域連携型の取り組みは何でしょう。



「おおぶ〇〇クラブ」

◆アンケート

- Q1 今月号で良かった内容や写真、役に立った内容、改善してほしい内容とその理由などをお書きください。
- Q2 今後取り上げてほしい内容や、企画を教えてください。
- Q3 市内で活躍している人、地域の特徴的な取り組みなどがあれば教えてください。
- Q4 広報おおぶに関するご意見、ご感想をお書きください。

◆応募方法

①広報クイズの答え、②住所、③氏名(フリガナ)、④連絡先、⑤年代、⑥性別、⑦アンケートQ1~Q4の回答を書いて、次の方法で応募してください。

【郵送での応募】

〒474-8701 住所不要 広報おおぶ「広報9月号」係

【市ウェブサイトでの応募】

右のQRコードから応募することができます。
市ウェブサイトのトップページの注目情報にも掲載しています。

QRコードからスマホで
応募することもできます



今月の
プレゼント

studio kalah

ヨガレッスン無料体験

3名様



アロマリラックス
ヨガや骨盤矯正ヨガなど、さまざまなレッスンをしています。
興味のあるヨガをお選びください。

※先月号の答えは「ツツジ」。50通の応募がありました。

セレクトナ
通信

ニツ池セレクトナ

☎(44)4531

開館時間:9:00~17:00

info@seletona.com

http://www.seletona.com

ニツ池セレクトナは、
緑化推進と脱炭素
社会実現のために、
エコ・フレンドリー活
動に取り組んでいます。



9月の休館日

1(月)・8(月)・16(火)・
22(月)・29(月)

申込開始日

9/2(火) 9:00~
開催日の7日前まで
参加費:無料

絵画講座 セレクトナの植物観察絵日記③ 10/2(木) 9:30~11:30

ヒガンバナをテーマに作品を仕上げます。 定員 10人(18歳以上・先着順・予約制)

写真大好き セレクトナの自然を写そう② 10/5(日) 14:00~16:00

写真の基礎を学びながら、フジバカマやアサギマダラを撮影します。

定員 10人(中学生以上・先着順・予約制)

—— エコ・フレンドリー活動 ——

講演会「ニツ池公園・セレクトナから考えるエコ・フレンドリー」 10/12(日) 10:30~12:00

至学館大学の平田幸男准教授による、ニツ池公園と人との関わり・セレクトナの役割の講演です。

定員 40人(小学生以上・小学生は保護者同伴・先着順・予約制)

ゆる散策 森DE大人のから騒ぎ⑤ 10/18(土) 10:00~12:00

フジバカマとアサギマダラを楽しみます。 定員 10人(18歳以上・先着順・予約制)

セレクトナの森の研究室⑥どんぐり探検隊 10/19(日) 9:30~11:30

何種類見つけられるかな? ドングリについて楽しく学びます。

定員 20人(小学生以下は保護者同伴・先着順・予約制)

花壇に集まれ セレクトナ緑化大作戦⑦ 10/26(日) 9:30~11:30

花壇の作り方、手入れの仕方を学びます。 定員 20人(18歳以上・先着順・予約制)



セレクトナちょこっとエコ・トピックス

ニツ池公園にヒガンバナが咲き始めます。緑化推進研究会が四季に彩りを持たせるために2011年に植栽し、会の皆さんの手入れのおかげで毎年お彼岸の頃見事に咲き誇ります。

第19回ウェルネスバレーめぐり 9/27(土)~11/9(日) 10:00~16:00

ウェルネスバレー関連施設を巡るスタンプラリー。スタンプを集めると、ゴールのあいち健康の森薬草園で参加賞をもらえます(無料・予約不要)。

所 あいち健康の森とその周辺の健康・長寿関連施設

問 商工業ウェルネスバレー推進課 ☎(45)6255

健康の森育児ラウンジ 季節を感じる森の絵本時間 10/1(水) 10:30~11:30

ピアノ演奏とともに読み聞かせや手遊びを行います。子育て中の親同士の交流の場となる子育て支援イベントです(無料・予約不要)。

所・問 あいち健康の森管理事務所 ☎(47)9222

さつまいも収穫体験 10/19(日)・25(土)・26(日) ①9:30~12:00 ②12:30~15:00

広大な畑で人気の「べにはるか」をたくさん掘り出します(収穫量に応じて500円/kg・予約不要)。

所 げんきの郷体験農園

問 げんきの郷総合案内所 ☎(45)4080

夢工房のクッキーはいかがですか



社会福祉法人 憩の郷 ワーキングスペースおおぶ ☎(45)5575 杉村 直美

ワーキングスペースおおぶは心の病を抱えた方の通所施設です。クリーニングやアスパ作り、内職のほか「夢工房」の屋号でクッキー作りを行っています。店舗を構えていないため知らない方も多いと思いますが、利用者と一緒においしいクッキーを焼いています。KURUTOおおぶでも販売中ですのでぜひ味わってみてください。ギフト用にも対応しておりますので、ご希望の際はご連絡ください。



商工業ウェルネス
バレー推進課

☎(45)6227

https://www.city.obu.

aichi.jp/wv/

ウェルネスバレー
とは、あいち健康
の森とその周辺地
区を指す総称です。

ウェルネス
バレー
通信