



広報

あさか

10/15

2008 OCT.
No.564

特集

- 2 重要文化財 旧高橋家住宅
- 5 長寿医療(後期高齢者医療)・国民健康保険
の保険料(税)の口座振替ができます
- 6 地域包括支援センターをご存じですか？

- 8 情報 BOX
- 15 ようこそ！あさかの生涯学習へ
- 21 情報カレンダー
- 22 みんなすこやか
- 23 ふれあい交差点
- 23 PHOTO NEWS
- 24 朝霞歴史探検



スポーツの秋 心と体を元気に！

9月19日(金)、武道館で総合体育館スポーツ教室『太極拳教室』が行われました。(全6回中、2回目)

太極拳はゆっくりとした動きで体をリフレッシュすることができ、精神的にもリラックスできる効果があるそうです。参加された方は、「動きを覚えるのがたいへんだけど楽しい」と気持ちの良い汗を流されていました。



放送をこまめにしめよう

ホーム・マイステーション www.7670-8.jp



smile すまいるエフエム

FM76.7MHz



FMラジオ周波数 FM76.7MHzでお聴きいただけます。

【朝霞市行政情報 放送時間】

月～金曜日 7:00/11:00/16:00/19:00/23:00/2:00

土曜日 8:00/14:00 日曜日 8:00

すまいるエフエムホームページでも聴くことができます。

広報あさかは、朝霞市ホームページ「ふれあいネットアサカ」でもご覧になれます。 <http://www.city.asaka.saitama.jp>

(i モード、EZweb、Yahoo! ケータイ) <http://www.city.asaka.saitama.jp/mobile/> 右の QR コードからアクセスできます。

