

小学校高学年対象 小学生スキー教室

小学校高学年を対象としたスキー教室を開きます。

教室は、少人数の班に分かれて行います。経験豊富なスキー指導員が、楽しく安全に滑走できるよう分かりやすく指導しますので、スキーが初めてのお子さんでも大歓迎です。お友達と誘い合っでご参加ください。

■期日 1月26日(土)～27日(日)

(1泊2日)

■場所 白馬村 サンアルピナ 白馬さのさかスキー場

■対象 市内在住の小学4～6年生

■参加料 1万円(宿泊代・リフト代・昼食代ほか)

※レンタルスキー希望者は、別途2,000円必要です。

■宿泊先 「民宿天下館」

北安曇郡白馬村神城佐野1044(TEL0261・75・2202)

■定員 40人(先着順)

■講師 市体育指導委員・スキースクール講師を予定

■申し込み 1月8日(火)から



受け付けます。社会教育課まで電話でお申し込みください。受付時間は午前8時30分～午後5時までです。なお、定員になり次第締め切ります。

※申込用紙と参加料は、後日いただきます。

■その他 詳細については、お申し込みいただいた皆さんに後日通知します。集合・解散場所は、穂高会館となります。

■社会教育課スポーツ振興係

(TEL 62・4565 FAX 62・3525)

第3回 三郷元日 健康づくりの集い

新たな年の健康と日ごろの運動

不足からの脱却を期して、年の初めから体を動かしてみませんか。



澄んだ空気を胸いっぱい吸い込んで、約2.5キロのコースを自分のペースで歩いたり、走ったり……。運動の後は温かい豚汁もご用意します。ご家族やお友達を誘ってご参加ください。

■日時 1月1日(祝) 午後1時～

■集合 三郷公民館前

■コース 二木ウオーキングコース(約2.5キロ)

■その他 申し込みは不要です。当日、時間までに集合場所へお越しください。

■三郷公民館

(TEL 77・2109 FAX 76・3077)

メタボ解消 冬の運動教室

1月から「冬の運動教室」を開講します。コースは、昼と夜の2コースです。寒さに負けず生活の中に運動を習慣づけ、快適に過ごしましょう。

共通事項

■参加料 800円

※昼の部はプール使用料として教室一回につき別途600円

■保険料 1,500円(スポーツ安全保険料として)

各コースのご案内

昼の部(全8回)

あづみ野ランドのプールで行います。

■日時 1月22日から毎週火曜日

午後3時～4時

■場所 あづみ野ランドプール

■講師 仲みどりさん

■対象 一般(おおむね70歳未満)

■定員 30人

■申し込み 12月28日(金)までに(消印有効)、往復はがきの

往信用に住所・氏名・電話番号・年齢、および「冬の運動教室【昼の部希望】」と明記、返信用にはご自分の住所と氏名を記入し、穂高教育課へお申し込みください。

夜の部(全8回)

ニユースポーツで体を動かしましょう。

■日時 1月17日から毎週木曜日

午後7時30分～午後9時

■場所 穂高総合体育館

■講師 市体育指導委員

■対象 一般

■定員 定員は設けません。希望者全員ご参加いただけます。

■申し込み 1月6日(日)までに電話でお申し込みいただくか、穂高会館内教育課窓口で参加料等を添えてお申し込みください。(12月29日(土)～1月3日(木)の年末年始を除く)

■穂高会館内 穂高教育課社会

体育係(TEL 399・8303 穂高

5047番地 TEL 82・5970

FAX 82・3990)

図書館 ドキドキ・ワクワクお話の世界 1月の おはなし

豊科 ちいさいたんぼぼ(幼)・おはなしたんぼぼ(5歳以上)
豊科公民館和室 (Tel.72・2158)

18日(金) 11:00～(幼児対象)
16:30～(5歳以上対象)

穂高 おはなしとしょかん
穂高会館和室 (Tel.84・0111)

19日(土) 10:30～(幼児対象)
11:20～(5歳以上対象) *大人も楽しめます。

三郷 ポケットの会
三郷公民館児童室 (Tel.77・2109)

12日(土) 10:00～(幼児・小学生対象)

堀金 おはなしのへや
堀金図書館児童コーナー (Tel.72・5796)

9日(水) 11:00～(幼児対象)
16日(水) 16:00～(絵本わくわく講座④)

明科 おはなしの会
ひまわり和室 (Tel.62・1122)

26日(土) 11:00～(幼児・5歳以上対象)

おすすめの一冊 ごんぎつね

新美 南吉
黒井 健吉
絵作



紹介する人

太田 千代子 さん (豊科高家)

読む人の年齢に関係なく、人間の心の奥の扉をたたいてくれる童話です。ずっと見入ってしまうほのぼのとした情緒豊かな絵が、より読者を引きつけます。「兵十」にいたずらをしてしまった「ごん」は、せめてものつぐないにと、山の幸をこっそり届け続けました。けれどその善意は伝わらず、思いがけない結果となります。

「ごん、お前だったのか。栗をくれたのは」。立ちすくむ兵十のつばやきです。

わだ い 中央図書館開館に向けた 朗読ボランティア養成講座に多数の参加



図書館朗読ボランティア養成講座が、11月1日から4回にわたって開かれました。この講座は、市内の各図書館が予定している対面朗読サービスや図書資料の音声データ化などに携わるボランティアを養成するもので、市内の朗読ボランティアグループの会員など44人が参加しました。参加者は、「朗読をする際には聞き手の視点に立つ」といった心構えのほか、実際の広報記事などを読みながら呼吸や抑揚の付け方などの朗読技術を学びました。