

国際ふれあいパーク

サラさんと最後の交流を楽しもう!!

外国語指導助手のサラさんが7月31日をもって契約満了となり、三笠市を離れることになりました。今回がサラさんとの最後の国際ふれあいパークとなりますので、皆さんぜひご参加ください。

【日時】7月14日(土)午前10時～正午

【場所】公民館3号会議室

【対象】どなたでも参加できます。

【参加料】無料

【申込方法】7月11日(水)までに電話でお申し込みください。

【申込・問合先】学校教育課学校教育係 ☎②2197



福祉スポーツ大会

お年寄りや身体に障害のある方などを対象に福祉スポーツ大会を開催します。

楽しい競技をたくさん用意していますので、心地よい汗を流して楽しい1日を過ごしましょう。

【日時】7月6日(金)午前10時

【場所】三笠ドーム

【申込方法】老人クラブ会員は各会長へ、身障協会員は会長へ、いずれの会にも入っていない方は福祉事務所へお申し込みください。



【申込期限】7月3日(火)
【問合先】福祉事務所福祉総務係 ☎②3995

出前スポーツ教室

運動不足解消のためご利用ください!!

市民の皆さんがスポーツを通じて健康な生活を送り、交流の場を広げていただくことを目的とした教室で、どなたでも参加できます。

教室名	開催日	時間	場所	体育指導員
ミニバレー	7月11日・18日・25日、8月1日・8日・22日・29日、9月5日	19:00～21:00	三笠小学校	福岡満喜子
水中ウォーク教室	7月5日・12日・19日・26日、8月2日・9日・16日・23日	13:00～14:30	温水プール	細川アイ子 本田麻美
幼児水泳教室	7月5日・12日・19日・26日、8月2日・9日・16日・23日	15:00～16:00	温水プール	細川アイ子 本田麻美
卓球 (ラージボール)	7月5日・12日・19日・26日、8月2日・9日・23日・30日	13:15～15:15	スポーツセンター	川越國男
卓球、ミニバレー、 バドミントン	7月3日・10日・17日・24日・31日、 8月7日・21日・28日	18:30～20:30	岡山小学校	安藤秀則 北出裕樹
体幹・ストレッチ教室	7月6日・10日・17日・24日・27日・ 31日、8月3日・7日	18:30～19:30	勤労青少年ホーム 体育室	磯辺正道 折笠美和子

※運動のできる服装と運動靴をご持参ください。

【参加料】無料(水中ウォーク教室と幼児水泳教室は温水プールの入館料が掛かります)

【申込方法】当日、各会場で受け付けます。

※水中ウォーク教室と幼児水泳教室は準備の都合により、前日までに温水プール(☎②3642)へお申し込みください。

※水中ウォーク教室は開始時間の30分前に集合してください。また水着が必要です。

※体幹・ストレッチ教室はタオル、体育館用シューズ、給水ボトルが必要です。



【問合先】社会教育課生涯教育係 ☎②3591