

健康プールのステア

スクール生募集

6月17日(火)の週から始まる「幼児」「小学生」「成人」コースのスクール生を募集しています。各コースとも定員がありますので、早めに申込みください。

コース	曜日	時間	回数	受講料
幼児(満4歳以上)	火・水	14:15～15:00	週1回 7週	3,000円
小学生	火～金	16:00～16:50		初心者
		17:00～17:50		3,500円
成人	木・金	13:30～14:30	初心者	
	水・木・金	19:00～20:00	4,000円	

※泳力別の関係上、曜日・時間の指定ができません。
 ※入館料が別途必要となります。
 ※オープン券所持者は受講料が1,000円引きとなります。

みんなの伝言板

点字講習会を行います

点字に興味のある方、体験してみませんか。

日時 6月7日(土)から
 毎週土曜日 14時～16時
 場所 総合福祉センター
 (はーとびあ 21)
 申込み 直接会場へお越しください。
 〇〇別市点訳赤十字奉仕団
 松村 ☎(24)6337 番

潮見中学校オープンスクール

今年で4年目になりましたオープンスクールですが、今回も多数の皆さんの来校をお待ちしています。時間内はいつでも出入り自由です。

日ごろの学校の様子をご覧になり、さまざまな意見をいただくと幸いです。
 日時 6月11日(水) 8時30分～18時
 場所 潮見中学校
 〇〇潮見中学校
 ☎(24)2415 番

公開保育をしています

鈴蘭保育園では公開保育をしていますので、是非遊びに来てください。(年齢は問いません)
 開催日 毎週土曜日の午前(電話で確認ください)
 〇〇鈴蘭保育園
 ☎(23)3494 番

6月よりフィットネスメニューを一新
 人気が高いピラティスに、午前と夜間の部を追加し、以前のボクササイズとして、どなたでも簡単にできる「フィットネスボクササイズ」、また、「美容や健康に非常に効果がある「フィットネス太極拳」を開催します。
 曜日や時間の変更になる講座がありますので今月のフィットネスで確認ください。
 高校生以下無料利用日
 7日(土)、14日(土)、21日(土)、28日(土)
 ※毎週土曜日は、市内高校生以下は無料です。
 休館日
 2日(月)、9日(月)、16日(月)、23日(月)、30日(月)



今月のフィットネス

フィットネス名	開催日及び時間	定員	対象
ピラティス	NEW 4日(水)・11日(水) 10:30～(45分程度) 18日(水)・25日(水)	10名程度	成人の方
	3日(火)・10日(火) 13:30～(45分程度) 17日(火)・24日(火)		
	NEW 3日(火)・10日(火) 19:00～(45分程度) 17日(火)・24日(火)		
アクアピクス	5日(木)・12日(木) 13:30～(45分程度) 19日(木)・26日(木)	-	
ストレッチ	4日(水)・11日(水) 13:30～(45分程度) 18日(水)・25日(水)	先着8名	
ウォーキング	6日(金)・13日(金) 13:30～(45分程度) 20日(金)・27日(金)	-	
	4日(水)・11日(水) 19:00～(45分程度) 18日(水)・25日(水)		
ステップエクササイズ	6日(金)・13日(金) 10:30～(45分程度) 20日(金)・27日(金)	先着10名	
フィットネス太極拳 NEW	5日(木)・12日(木) 10:30～(45分程度) 19日(木)・26日(木)	-	
フィットネスボクササイズ NEW	3日(火)・10日(火) 15:00～(45分程度) 17日(火)・24日(火)	-	
トレーニング教室	3日(火)・10日(火) 10:30～(45分程度) 17日(火)・24日(火)	先着5名	
ボクササイズ	4日(水)・6日(金) 18:00～20:30 11日(水)・13日(金) 18日(水)・20日(金) 25日(水)・27日(金)	-	高校生以上
キッズピクス	5日(木)・12日(木) 15:00～(45分程度) 19日(木)・26日(木)	10名程度	幼児～小学生

※各講座の受講料はフィットネス共通チケット1枚、又は単発受講は500円です。なお、使用料は別途必要です。フィットネス共通チケット(1,000円で5枚)を購入するとお得です。

〇〇健康プール【ステア】 ☎(23)9400番 メールアドレス stair@rouge.plala.or.jp



図書館

5月30日から6月6日まで、毎年恒例の蔵書点検を行うため閉館します。不明図書の割り出しや図書・書架の清掃などを行います。終わった後の図書館はスッキリ使いやすくなっていますので、是非お立ち寄りください。

新しい本

小説・エッセイなど
 ◆くちづけ (小池真理子) ◆長い予感 (小川内初枝) ◆ブルーベリー (重松清) ◆あぼやん (新野剛志) ◆腕貫探偵、残業中 (西澤保彦) ◆乾杯屋 (三田完) ◆その時までサヨナラ (山田悠介) ◆サウスポイント (よしもとばなな) ◆レモンとねずみ (石垣りん) ◆奇縁まんだら (瀬戸内寂聴) ◆熟年革命 (渡辺淳一) ◆こんなツレでゴメンナサイ。(望月昭) ◆コーヒープリンス1号店 上下 (イソノミ) ◆終わりの街の終わり (ブロックマイヤー) ◆流れ星 (チャベック) ほか

実用書など
 ◆本とすてきにてあえたら (工藤左千夫) ◆最長片道切符の旅 (宮脇俊三) ◆年金制度は誰のものか (西沢和彦) ◆世界をよくする簡単な100の方法 (斎藤慎) ◆結婚式っておもしろい!? (たかはしみき) ◆海辺の生物観察図鑑 (阿部正之) ◆産科医が消える前に (森田豊) ◆知識ゼロからの寿司入門 (小原左喜男) ◆大好き、食虫植物。(星野映里) ほか

児童書
 ◆14歳からのお金の話 (池上彰) ◆伴走者たち (星野恭子) ◆世界の高層建築まるわかり事典 ◆流れ行く者 (上橋菜穂子) ◆かえってくるうれしい画 (斎藤洋) ◆マルガリータと森のまもの (工藤ノリコ) ◆まじょ子といちこの王子さま (藤真知子) ◆ニック・シャドウの真夜中の図書館 1・2・3 (シャドウ) ほか

絵本
 ◆くまとやまねこ (酒井駒子) ◆かえるのピータン (どいかや) ◆ゆーらりももんちゃん (とよたかずひこ) ◆じかきむしのぶん (堀川真) ◆オオカミグーのはずかしいひみつ (みやにしたつや) ◆いろいろじゃがいも (山岡ひかる) ◆ちいさなたかもの (ダーハン) ◆なにがほしいの、おうじさま? (デュボワ) ◆まんげつダンス! (ハッチンス) ◆チャーリーのどうぶつえん (フィスター) ほか

- ★お知らせ★
- ・読みたい本が貸し出し中のときは予約が出来ます。
- ・借りている本の期限を延ばすことが出来ます。電話でも受け付けます。
- ★児童館配本図書交換日 12日(木)
- ★ふれあいセンター配本図書交換日 19日(木)
- ★絵本のじかん [木曜日 11時より]
12日 19日 26日
- ★夜間閉館日 [水曜日 20時まで]
11日 18日 25日
- ★月末図書整理日 27日(金)
- ★休館日 1日(日)~6日(金)、9日(月)、16日(月)、23日(月)、30日(月)

図図書館 ☎(24)2261 番

スポーツセンター

☎スポーツセンター ☎(24)7016 番

《アリーナ貸館》

日	時	行 事
1日(日)	9:00~16:00	ミニバスケット少年団練習(半面)
13日(金)	9:00~12:00	紋別幼稚園親睦レクリエーション
24日(火)	8:00~21:00	中体連バレーボール大会
25日(水)	8:00~17:00	
26日(木)	9:00~13:00	海上保安訓練(雨天時のみ)
28日(土)	9:00~21:00	紋別バスケットボール協会
29日(日)	9:00~17:00	
毎週火曜日	10:00~11:30	卓球教室(半面)
毎週水曜日	13:30~15:00	軽スポーツ教室(半面)

デューク更家式ウォーキング講習会

日 時 6月29日(日) 14時~
 場 所 森林公園体育センター
 定 員 50名
 申込み 6月4日(水)~25日(水)
ホワイトビーチフェスティバル
 開催日 7月20日(日)
 内 容 海の日記念行事、ビーチバレー大会、ビーチサッカー大会
 申込み 6月30日(月)まで



毎週土曜日は高校生以下無料で使用できます

- ・スポーツセンター
- ・陸上競技場
- ・森林公園体育センター
- ・運動公園テニスコート
- ・そよかぜほーる
- ・上渚滑地区テニスコート
- ・上渚滑地区体育館
- ・オホーツク紋別球場
- ・渚滑地区体育館

※貸館の際は利用できない場合がありますので確認ください

休館日 2日(月)、9日(月)、16日(月)、23日(月)、30日(月)

児童館

紋別	7日(土)14:00 公園に行こう 21日(土)14:00 ハッピーボウリング大会 ☎(23)3789 番
南が丘	21日(土)14:00 ワクワクがいっぱい② 13日(金)11:00 親子でワクワク(幼児親子対象。気軽に遊びに来てください) 27日(金)11:00 ☎(24)3996 番
落石	14日(土)13:30 go! go! トライ 28日(土)13:30 せせらぎハイキング(おやつを持ってハイキングへ行こう。雨天時は児童館内で開催) ☎(23)4989 番
渚滑	14日(土)14:00 パワーアップ運動会 21日(土)14:00 交通安全教室 ☎(23)4988 番
上渚滑	7日(土)13:30 土に親しもう 29日(日)13:30 ふれあいパークゴルフ大会(終了後パークゴルフ講習会。雨天時は7月6日に延期) ☎(25)2126 番
大山	14日(土)13:30 パークゴルフに挑戦(雨天時は、児童館内で「おもしろクラブパートII」を開催) 21日(土)13:30 おもしろクラブパートII ※お知らせ 火~金曜日の午前中、館内を利用したい幼児サークル募集中!! ☎(24)3894 番

休館日 2日(月)、9日(月)、16日(月)、23日(月)、30日(月)
 ※来館するときは必ず上靴を持ってきてください。



**保育所開放日：6月11日(水)
6月25日(水)
10時~11時**