

ガリンコタワー

ガリンコ号冬期運航
(3月31日まで)



出航便	出航時刻
サンライズクルーズ※1	6:00
臨時第1便 ※2	7:30
臨時第2便 ※2	9:00
1便	10:30
2便	12:20
3便	13:40
4便	15:00
サンセットクルーズ※1	16:15

※1 2月の土日祝日、流氷まつり期間中、15名以上で出航
※2 15名以上で出航

乗船料金

- ・白海(流氷あり)
大人3千円、小人千500円
 - ・青海(流氷なし)
大人2千500円、小人千250円
 - ・ガリンコ・タワーセット
大人3千400円、小人千700円
- 市民割引
2月は、6時、7時30分、9時の3便、3月は全便が対象です。
大人千800円、小人900円
※市民が市外の方と乗船する場合(市外の方は通常料金)
市民大人千200円、小人600円

岡オホーック・ガリンコタワー(株)
☎(24)8000番



健康プールのステア

フィットネス講座

一年で最も寒いこの時期、暖かいステアのフィットネス講座で体を動かしませんか。

休館日

2日(月)、9日(月)、12日(木)、16日(月)、23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	4日(水)・18日(水)・25日(水)	10:30~(45分程度)	10名程度
	3日(火)・10日(火)・17日(火)・24日(火)	13:30~(45分程度)	
	3日(火)・10日(火)・17日(火)・24日(火)	19:00~(45分程度)	
アクアピクス	3日(火)・10日(火)・17日(火)・24日(火)	13:30~(45分程度)	-
ストレッチ	4日(水)・18日(水)・25日(水)	13:30~(45分程度)	先着8名
ウォーキング	4日(水)・18日(水)・25日(水)	13:30~(45分程度)	-
	6日(金)・13日(金)・20日(金)・27日(金)	19:00~(45分程度)	-
フィットネス太極拳	5日(木)・19日(木)・26日(木)	13:30~(45分程度)	-
ステップエクササイズ	6日(金)・13日(金)・20日(金)・27日(金)	10:30~(45分程度)	-
ボディリフレッシュ	6日(金)・13日(金)・20日(金)・27日(金)	13:30~(45分程度)	-
トレーニング教室	3日(火)・10日(火)・17日(火)・24日(火)	10:30~(45分程度)	先着5名
ボクササイズ	4日(水)・6日(金)・13日(金)・18日(水)・20日(金)・25日(水)・27日(金)	18:00~20:30	-
キッズピクス	5日(木)・19日(木)・26日(木)	15:00~(45分程度)	-
シニアフィットネス	5日(木)・19日(木)・26日(木)	10:30~(45分程度)	-

※各講座の受講料はフィットネス共通チケット1枚、または単発受講は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。

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

みんなの伝言板

「障がいってどんなこと？」

障がいってどんなこと？
障がいのある方と街で出会ったらどうすればいいの？
障がい者のための施設ってどんなところなの？などをテーマに、障がいを抱えた方々が地域の中で共生できるような社会を形成するため、これらのことを一緒に考えてみませんか。

日時 2月21日(土) 13時~15時

場所 文化会館
参加費 無料(申込みの必要はありません)

主催 向陽園(遠軽町)
担当 松尾・大杉

☎0158(46)2525番





図書館

紋別も冬本番！寒さを楽しみながらいろいろなイベントに参加したいものですね。さて、市立図書館ホームページでは蔵書検索に加え、貸出中の資料に予約が入れられるようになりました。利用するには手続きが必要となりますので、一度来館ください。皆さんの利用をお待ちしています。詳細は図書館HPをご覧ください。

新しい本

小説・エッセイなど	◆森に眠る魚(角田光代) ◆エクステンド(錦木蓮) ◆ふたりの季節(小池真理子) ◆警官の紋章(佐々木謙) ◆観月観世(曾野綾子) ◆太陽の坐る場所(辻村深月) ◆断絶(堂場瞬一) ◆ウェルカムトゥパールハーバー上下(西木正明) ◆キネマの神様(原田マハ) ◆大金星(水野敬也) ◆ほうき星 上下(山本一力) ◆ゆる気持ちいい暮らし術(岸本葉子) ◆東大の教室で「赤毛のアン」を読む(山本史郎) ◆審判(フランシス) ほか
実用書など	◆子どもに本を買ってあげる前に読む本(赤木かん子) ◆のうだま(上大岡トメ) ◆幕末史(半藤一利) ◆世界がもし100人の村だったら 完結編(池田香代子) ◆大激震(堺屋太一) ◆世界経済危機日本の罪と罰(野口悠紀雄) ◆雲物語(高橋真澄) ◆食ニュースのウソ・ホント(馬渡晃) ◆はじめよう野菜づくり(井原英子) ◆太田雄貴「騎士道」(太田雄貴) ほか
児童書	◆ルワンダの祈り(後藤健二) ◆深海魚摩訶ふしぎ図鑑(北村雄一) ◆ポノポ(江口絵理) ◆はなちゃんのはなまるばたけ(北川チハル) ◆おばけのゆびきり(那須正幹) ◆かいけつゾロリイシシ・ノシシ大ピンチ！(原ゆたか) ◆ドラゴンヒーロー(茂市久美子) ◆ドリーム・ギバー(ローリー) ◆吟遊詩人ビードルの物語(ローリング) ◆あたしが部屋から出ないわけ(クーテュール) ほか
絵本	◆だるまさんと(かがくいひろし) ◆ひとめあがり(川端誠) ◆ねこちゃんとゆきだるま(高部晴市) ◆なきむしおにのオニタン(藤本四郎) ◆なっとうくん西へいく(三輪一雄) ◆ゆきのうえのあしあと(イー) ◆はるかな島(ダリー) ◆かさの女王さま(ユテウン) ほか

- ★絵本のじかん〔木曜日 11時より〕
5日 12日 19日 26日
- ★夜間開館日〔水曜日 20時まで〕
4日 18日 25日
- ★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)
- ★月末休館〔図書整理〕日 27日(金)
- ★休館日 2日(月)、9日(月)、11日(水)、16日(月)、23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

スポーツセンター改修工事を行っています
スポーツセンターは12月7日から改修工事のため、全館閉鎖となっていますので理解と協力をお願いします。
なお、利用は4月22日からを予定しています。

森林公園体育センターを開放しています
スポーツセンター全館閉鎖に伴い、森林公園体育センターを平日(火曜日～金曜日)の午前中を開館しています。使用料は、大人70円・高校生50円・児童生徒30円となっています。

第46回市民スキー大会
日時 3月1日(日)
場所 大山スキー場

第10回ゴルディック大会
日時 3月8日(日)
場所 陸上競技場特設コース



毎週土曜日は高校生以下無料で利用できます

- ・森林公園体育センター
- ・そよかぜほーる
- ・上渚滑地区体育館
- ・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

児童館

紋別	21日(土)14:00 外でもいっきり遊ぼう！ 雪遊びの出来る服装で…	28日(土)14:00 ときめき ひなまつり エプロン・バンダナを持ってきてください。	☎(23)3789 番	
南が丘	13日(金)11:00 親子でワクワク⑮ ～みんなでバレンタイン～	27日(金)11:00 親子でワクワク⑯ ～ひなひなパーティー～	28日(土)14:00 うれしいひなまつり	☎(24)3996 番
落石	7日(土)14:00 GO!GO!トライ(外あそび) 雪遊びの出来る服装で…	27日(金)11:00 ママといっしょに♡ひなまつり♡	28日(土)14:00 ♡楽しいひなまつり♡	☎(23)4989 番
渚滑	7日(土)14:00 スノーパーティー 雪遊びの出来る服装で…	28日(土)14:00 ひなひなパーティー	☎(23)4988 番	
上渚滑	7日(土)13:30 スティッチを作ろう!!	28日(土)13:30 ひなまつり2009	☎(25)2126 番	
大山	7日(土)13:30 「リラックマを作ろう」雪像コンテストに挑戦！ 外作業のできる服装で…	28日(土)13:30 ひなひなパーティー	毎週木曜日 11:00 のびのびたいむ(親子対象) 毎週土曜日 11:00 リコーダークラブ「乙女カンタービレ」 (ソプラノリコーダー持参)	☎(24)3894 番

休館日 2日(月)、9日(月)、11日(水)、16日(月)、23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：2月25日(水)
10時～11時