

・こどもの予防接種は、全て医療機関で行う個別接種になりました。
センターで行う集団接種はありません。
期に確認の上、予約をして接種を行ってください。

健康診等
所／保健センター 2階 乳幼児健診室
物／母子健康手帳・おたずね用紙 (全てに共通)
～4か月、9～10か月児健診、1歳6か月児健診：
バスタオル・ファーストブック申込書 (9～10か月児健診のみ)
歳児にここに教室：歯ブラシ・コップ・タオル
歳児健診：尿 (配布済の検尿容器に採尿)
聴力・視力検査をおこなってください。

相談に関するお問い合わせは — 健康推進課 (内線 1191) まで

2	3	4
5	6	7
8	9	10
11	12	13
14	15	16
17	18	19
20	21	22
23	24	25
26	27	28
29	30	31

(株) 浜パイピング
☎ 23-6885

(株) イワナミ
☎ 22-2222

離乳食教室 (ばくばく教室)
(R2年12月生)
[予約制・少人数教室]

杉村設備(株)
☎ 27-8632

離乳食教室 (ごっくん教室)
(R3年7月生)
[予約制・個別対応]

(株) 総設工業
☎ 28-8504

よねやま内科クリニック
☎ 22-8863

諏訪共立病院
☎ 28-2012

なわ歯科医院
☎ 26-0648

矢崎薬局
☎ 23-7125

ひまわり薬局
☎ 26-7226

十和設備(株)
☎ 24-0182

(株) 上條電設工業
☎ 23-5330

(株) オスガ設備
☎ 27-6622

(有) ミヤサカ管工
☎ 22-9615

(有) 三善工業
☎ 23-3446

●各種相談日● 岡谷市役所 ☎ 23-4811

行政・法律	行政相談	8日(水)午前9時～正午 巡回相談(長地支所)		
	無料法律相談 [予約制]	21日(火)午後1時～5時 問合せ：社会福祉課 (内線 1254) 相談員：鳥川秀司 弁護士 ※1月分予約：12月22日(水)～受付開始 [利益相反に関わる相談内容については、お断りをする場合があります]		
	高齢者のための司法書士による無料法律相談 [予約制]	15日(水)午後1時～4時 司法書士が相談に応じます 問合せ：介護福祉課 (内線 1279)		
生活・子育て	家庭児童相談	月～金曜日 午前9時～午後5時 子ども課 (内線 1266) 児童虐待 24時間対応通報専用電話 ☎ 23-4767		
	ひとり親家庭等相談	月～金曜日 午前8時30分～午後5時15分 社会福祉課		
	生活困窮相談 (生活就労支援センター)	月～金曜日 午前8時30分～午後5時15分 社会福祉課		
	子ども総合相談センター 学校生活、心身の発達等の相談	月～金曜日 午前8時30分～午後5時 教育総務課		
	子ども総合相談センター 分室	一般相談 月～金曜日(祝日は除く) 午前8時30分～午後4時30分 専門カウンセラー(臨床心理士)相談 [予約制] 8日(水)午後1時～7時(1人50分) 会場：諏訪湖ハイツ1階 ☎ 24-2206		
	女性のための相談 [予約制]	21日(火)午前10時～午後3時50分(1人約50分) 問合せ：企画課(内線 1528)		
	まいさば女性相談Day 生活や暮らしの相談	毎月第1金曜日 午前8時30分～午後5時15分まで 問合せ：社会福祉課(内線 1254)		
	ひきこもりの状態にある 人やそのご家族の相談	月～金曜日 午前8時30分～午後5時15分 問合せ：社会福祉課(内線 1254)		
	ミニジョブカフェ [予約制] 若年者の就職活動における 疑問や悩みの相談	8日(水)午後1時～4時 テクノプラザおかや 対象者：40代前半までの人 問合せ：テクノプラザおかや ☎ 21-7000		
	若者のための就労相談会 (夜間・休日) [予約制]	ご希望に合わせて日程を調整いたします。 対象者：44歳までの人やその家族 問合せ：テクノプラザおかや ☎ 21-7000		
就労	中小企業経営技術相談	月～金曜日 午前8時30分～午後5時15分 テクノプラザおかや ☎ 21-7000		
	ひと・しごと相談	月～金曜日 午前8時30分～午後5時15分 テクノプラザおかや ☎ 21-7000		
	特許・発明相談	21日(火)午後1時～4時 テクノプラザおかや ☎ 21-7000		
企業経営	農地相談 [予約制]	月～金曜日 午前8時30分～午後5時15分 問合せ：農業委員会事務局(内線 1488)		
	ふれあいおしゃべり電話、ボランティア総合相談、金銭管理 財産保全相談 社協心配ごと相談、家庭介護相談	月～金曜日 午前8時30分～午後5時15分 社会福祉協議会 ☎ 24-2121		
結婚相談	相談日	時間	場所	連絡先
	火曜日	午前10時～午後4時	諏訪湖ハイツ 312相談室	市社協 ☎ 24-2121
	第1・3土曜日	午前10時～午後4時		諏訪湖ハイツ ☎ 24-2290(内線 3112)
第2・4木曜日	午後6時～9時	(080-5143-3202)		

妊娠5～7か月の「パパ・ママ教室」受講申込み受付中 [予約制]

※申し込み状況により、別日にご案内する場合がございます。
1回目 ▶ 12月10日(金) 午後7時～8時30分
内容：体づくり・安産のコツ・沐浴(シャワー浴) など



女性のための健康相談 [予約制]

予約受付時間(月)～(金) 午前8時30分～午後5時15分(1人あたり1時間)
申込み・問合せ：健康推進課 ☎ 23-6141 (直通)

くらしのカレンダー

12月
December

-  休日急病当番医院
-  休日当番歯科医院
-  休日当番薬局
-  水道修理当番店
-  相談
-  乳幼児健診
-  子育て学習

発熱や呼吸器症状のある人は、受診・相談コールセンター（57-2930）または、当番医に電話相談してから受診をしてください。

- 休日急病当番医院
受付／原則午前9時～午後5時（午後は来院前に要電話連絡）
※緊急時の医療問合せ
休日・夜間緊急医療案内サービス 岡谷消防署 ☎ 22-0119
- 休日当番歯科医院
保険証を必ずお持ちください。午前中の診療となります。
- 水道修理当番店
土・日・祝日を除き水道事業協同組合事務局でも受付けます。
受付時間／午前9時～午後4時 ☎ 23-8511

乳幼児
保健セ
医療機

- ◆乳幼児
場 持 ち
※3
※2
※3

◆予防接種・乳幼児健診・子育て相談・健康

日	月	火	水	木
<p>今月の納税</p> <p>◎固定資産税・都市計画税 第3期 ◎国民健康保険税 第9期 納期限…12月27日(月)</p> <p>納税は便利で確実な口座振替がお勧めです。 口座振替の方は、残高確認をお願いします。 忘れずに納税しましょう。 問合せ●税務課（内線1136）</p>		<p>諏訪地区小児夜間急病センター（年中無休）</p> <p>■診療時間 毎日 午後7時～9時</p> <p>■診療科目 小児科 生後3か月以上 中学生まで （ケガ、やけど、ハチ刺され、 誤飲等は除く） 諏訪市四賀 2299-1 ☎ 54-4699</p>	1	
5	6	7	8	
<p> さくら並木クリニック ☎ 78-7876</p> <p> 宮坂歯科診療所 ☎ 22-7275</p> <p> やまびこ薬局 ☎ 21-2144</p> <p> 松澤工業(株)岡谷支店 ☎ 27-7642</p>	<p> 信和設備(株) ☎ 22-3302</p>	<p> (株)総設工業 ☎ 28-8504</p>	<p> 1歳6か月児健診 (R2年5月生) 午後(個別通知します)</p> <p> (有)ミヤサカ管工 ☎ 22-9615</p>	<p> 2歳児にこにこ教室 (R1年11月生) 午前(個別通知します)</p> <p> (株)シンニチ設備 ☎ 22-1365</p>
12	13	14	15	16
<p> 市瀬医院 ☎ 26-1717</p> <p> アポロ歯科医院 ☎ 23-8100</p> <p> かえで薬局 ☎ 26-1929</p> <p> 岡谷酸素(株) ☎ 22-4931</p>	<p> 育児相談(予約制) 午前9時30分～11時30分</p> <p> (有)丸竹下島商店 ☎ 22-4931</p>	<p> 十和設備(株) ☎ 24-0182</p>	<p> 3～4か月児健診 (R3年8月生) 午後(個別通知します)</p> <p> 水道建設(株) ☎ 23-2662</p>	<p> (株)林鉄工設備 ☎ 23-3197</p> <p> (株)アイテック ☎ 23-8500</p>
19	20	21	22	23
<p> 山崎医院 ☎ 22-3287</p> <p> 三輪歯科医院 ☎ 27-3084</p> <p> 山一小口薬局 ☎ 23-2206</p> <p> (株)シンニチ設備 ☎ 22-1365</p>	<p> (株)浜パイピング ☎ 23-6885</p>	<p> (株)上條電設工業 ☎ 23-5330</p>	<p> 9～10か月児健診 (R3年2月生) 午後(個別通知します)</p> <p> 松澤工業(株)岡谷支店 ☎ 27-7642</p>	<p> 信和設備(株) ☎ 22-3302</p>
26	27	28	29	30
<p> 諏訪共立病院 ☎ 28-2012</p> <p> ももデンタルクリニック ☎ 28-0333</p> <p> ひまわり薬局 ☎ 26-7226</p> <p> (株)林鉄工設備 ☎ 23-3197</p>	<p> 育児相談(予約制) 午前9時30分～11時30分</p> <p> (株)イワナミ ☎ 22-2222</p>	<p> (株)オスガ設備 ☎ 27-6622</p>	<p> 土田歯科医院 ☎ 28-3001</p> <p> 岡谷酸素(株) ☎ 22-4931</p>	<p> 小野医院 ☎ 28-2776</p> <p> 浜歯科医院 ☎ 28-4649</p> <p> 長地中央薬局 ☎ 26-2522</p> <p> (有)丸竹下島商店 ☎ 22-2406</p>

環境 灯油などによる 水質汚濁事故にご注意を!

河川の水は、水道水や農業用水などに幅広く利用されているため、灯油などが流入する水質汚濁事故が発生すると、多くの人の生活に影響を与える恐れがあるほか、生物に被害が及ぶこともあります。以下のことに注意し、日ごろから水質汚濁事故防止に努め、豊かな水環境を守っていきましょう。

- 給油時にはタンクから離れない、目を離さない
- 配管やタンクの点検を行う
- 防油堤を設置する
万が一に備え、防油堤を設置すると、流出被害を小さくすることができます。住宅用ホームタンク（200リットル以上）は防油堤の設置が必要です。

【水質汚濁事故を起こしたら・見つけたら】

油や農薬などを流出させてしまったり、流れているのを発見したら、すぐに下記へご連絡ください。

- 環境保全に関する関係機関
岡谷市環境課…☎23-4811
(内線1445・1446)
県諏訪地域振興局環境課…☎57-2952
県諏訪建設事務所維持管理課
…☎57-2935
- 危険物(灯油など)に関する関係機関
岡谷消防署…☎22-0119

環境 農作業などに伴う野焼きは 近隣に配慮しましょう



野焼きは原則として禁止されていますが、農作業によって出た稲わらや少量の落ち葉などは、ごみなどの焼却に比べて焼却時の有害物質の排出や悪臭が少ないため、例外として認められています。少量・短時間での焼却についてはご理解ください。

また、稲わらや落ち葉などを燃やす人は下記の点に注意し、近隣の迷惑にならないように配慮しながら安全に行ってください。

- ▶少量、短時間で済ませる
 - ▶洗濯物を干している時間帯を避ける
 - ▶風の向きや強さに注意する
 - ▶できるだけ乾燥したものを焼却する
- 問合せ●環境課(内線1445・1446)

お知らせ 12月は滞納整理強化月間 滞納はルール違反です!!

税金は、わたしたちの安全・安心な生活を支える貴重な財源です。市では、施策実現のため少しでも多くの税収を確保することを重点課題のひとつに掲げ、行政サービスの受益と負担の公平性を確保するとともに、納税意識の高揚と収納率の向上をめざした取り組みを行っています。

【税金の滞納への対応】

市では、税金が納期限内に納付されない場合、督促状や催告書を発送しますが、それでもなお納付されない場合は、法の規定による財産調査を実施し、財産の差押などを行い、換価して滞納税へ充当します。

令和2年度は、128件の差押などを実施し、約1,800万円を徴収しました。

【年末の納税相談窓口を開設します】

納税や納税相談のための夜間の窓口を開設します。

日時…12月7日(火)・9日(木)

午後6時～8時

場所…市役所1階 税務課

問合せ●税務課(内線1137～1139)

お知らせ ペットはマナーを守って 正しく飼いましょう

ペットを飼う場合は、愛情と責任を持って、また、周囲に迷惑をかけない飼い方を実践しましょう!

イヌの飼育は、以下の点に注意しましょう

- 市への登録と年1回の狂犬病予防接種(狂犬病は人命に関わる恐ろしい感染症です)は、飼い始めたら必ず実施しましょう。
- 他人の迷惑にならないよう、つないで飼う、ふんの始末をするなどルールを守って飼いましょう。
- イヌも人も快適に暮らせるように、飼い主がしっかりと管理しましょう。

ネコの飼育は、以下の点に注意しましょう

- ネコは繁殖力が強いので、不妊手術をお勧めします。
- ふん尿被害や不幸なネコを増やさないために、野良ネコへの安易な餌やりはやめましょう。
- 交通事故、感染症などで亡くさないためにも、飼いネコは室内で飼育しましょう。

問合せ●市民生活課(内線1171)

もっと

お知らせ

募集やイベント、環境、健康など
まだまだお知らせしたいこと

今月号に掲載したイベントなどは、新型コロナウイルス感染拡大防止対策により、変更または中止になることがあります。

お知らせ

【至急】成人式の 申し込みをお願いします

成人式に参加を希望していて、まだ申し込みが済んでいない人は、参加案内通知を参考に、至急、申し込み手続きをしてください。なお、通知が届いていない場合や、申し込み方法がわからない場合はお問い合わせください。

期日…令和4年1月9日(日)

時間…受付:午後1時30分～

式典:午後2時～

記念撮影:午後2時45分～

場所…カノラホール 大ホール

対象者…平成13年4月2日から平成14年4月1日までの出生者で、市内に在住する人および市内に親族が在住する人

問合せ●生涯学習課(イルフプラザ3F)
☎24-8404

お知らせ

新年祝賀式を 開催します

日時…令和4年1月4日(火)

午前11時～(午前10時開場)

※式典のみ開催し、祝宴は行いません。

場所…カノラホール

会費…500円

申込み…12月1日(水)～10日(金)に申込書に会費を添えて受付場所にお申し込みください。申込書は各受付場所に設置してあります。市ホームページからもダウンロードできます。

受付場所…市役所、各支所ほか(詳しくはお問い合わせください。)

問合せ●秘書広報課(内線1511)

お知らせ 「誰か」のことじゃない。
12月4日～10日は人権週間

12月4日から10日までは「人権週間」です。期間中、「特設人権相談所」を開設します。いじめや不登校、セクハラや性的差別から親子間・親族間や土地の境界のトラブル、新型コロナに関する事など、ひとりで悩まず、ぜひご相談ください。相談は無料で秘密は堅く守ります。

	場所	期日
岡谷市	諏訪湖ハイツ	12月6日(月)
諏訪市	諏訪市役所	12月6日(月)
茅野市	茅野市役所	12月2日(木)
下諏訪町	下諏訪町役場	12月7日(火)
富士見町	富士見町コミュニティプラザ	12月2日(木)
原村	原村中央公民館	12月7日(火)

時間…いずれも午前10時～午後3時
※相談無料・予約不要

【人権についての相談はこちらまで】

- みんなの人権110番
…☎0570-003-110
- 子どもの人権110番
…☎0120-007-110
- 女性の人権ホットライン
…☎0570-070-810
- 外国語人権相談ダイヤル…
☎0570-090-911
- 問合せ●長野地方事務局諏訪支局
☎52-2440

お知らせ 自宅でできるe-Tax
(電子申告)の説明会

e-Tax(電子申告)についての説明(相談)会です。お気軽にお越しください。事前予約は不要です。
期日…令和4年1月5日(水)
時間…午前10時～午後3時
場所…市役所6階 605会議室
問合せ●諏訪税務署 ☎57-5211

お知らせ 「信州の安心なお店」
対象事業者のみなさんへ

【信州の安心なお店】
飲食店利用促進事業支援金

県が進める「信州の安心なお店」認証店舗において販売できるプレミアム付きクーポン券について、お客様利用済クーポン券額の20%分を市が上乗せ支援します。対象となる店舗のみなさんは、忘れずに申請してください。

申請期限…令和4年1月31日(月)
※詳しくは市ホームページをご覧ください。
問合せ●商業観光課(内線1452)

お知らせ みんなが輝く
地域づくりフォーラム

諏訪地域障がい福祉自立支援協議会主催のオンラインイベントを行います。「会えない今こそ繋ぎあおう! 地域丸ごとネットワーク」をテーマとした、依存症予防に関する講演会や、Zoomを利用した歌のイベントです。ぜひご参加ください。

申込みはこちらから▶



日時…12月4日(土) 午後1時～3時

【内容】
講演：『依存症当事者からのメッセージ』

元 NHKうたのお兄さん
杉田あきひろさん
うた：みんなで歌おう!



【販売会】
オンラインによる協働販売会。地域の障がい福祉事業所が選りすぐりの商品をオンラインで販売します。
販売期間：販売中～12月4日(土)まで
購入方法：右のQRコードを読み取り、案内に沿ってご注文ください。
問合せ●社会福祉課(内線1252)



お知らせ 市道の冬期通行止めを実施します

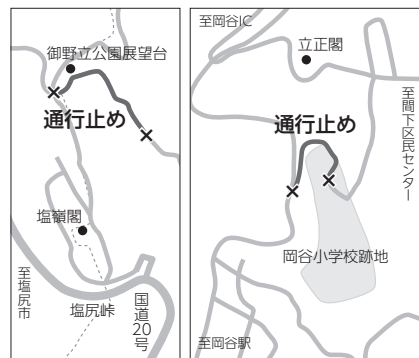
冬期間の事故防止のため、通行止めを実施します。ご不便をおかけしますが、ご理解のうえ、ご協力をお願いします。

【通行止めとなる道路】

- ◆塩嶺王城パークライン
(市道岡谷683・739号線)



- ◆市道岡谷625号線
(塩嶺展望台～石船観音付近、旧中山道一部)
- ◆岡谷小学校跡地



閉鎖期間…12月28日(火) 午後4時～
3月31日(木) 午後2時
※積雪の状況により期間が前後する場合があります。
問合せ●土木課(内線1315～1318)

問合せ●秘書広報課(内線1364)



シルキーチャンネル 12月の番組表

LCVデジタル11CH

ユーチューブライブ

TVでの視聴にはチャンネルの初期設定が必要です。詳しくは、LCV(☎0120-123-833)、または秘書広報課(内線1364)まで。

《放送内訳》朝5時から翌深夜2時まで、1時間プログラムを繰り返し放送しています。
※番組は変更になることがあります。

放送
番組

- Sports Time おかや
- 芸能祭チャンネル 後編
- 岡谷インフォメーション
- 野菜万菜 ほか

【市民投稿番組募集中!】シルキーチャンネルでは市民のみなさんから寄せられた動画を放送しています。詳しくは秘書広報課にお問い合わせください。

各種スポーツ教室

申込み…各教室とも市民総合体育館窓口で受け付けます(電話申込み不可)。

受講料…小中学生：1,000円

高校生以上：2,000円

※このほかに、小中学生820円、高校生以上1,870円、65歳以上1,220円(任意)の保険料がかかります。

◎小学生フットサル教室

期間…1月12日～3月16日

毎回水曜日 計8回

対象…市内在住の小学1～6年生

時間…午後7時～8時30分

場所…市民総合体育館 東体育館

定員…20名(先着順)

申込み開始…12月13日(月)

◎ママスポ広場(ヨガ教室 託児あり)

期間…1月11日～3月1日

毎回火曜日 計8回

対象…市内在住・在勤の女性

(託児は定員10名。1歳児から)

時間…午前10時30分～正午

場所…市民総合体育館 第2B会議室

定員…15名(先着順)

申込み期間…12月10日(金)～22日(水)

以上問合せ●市民総合体育館内

(公財)岡谷市スポーツ協会 ☎22-8850

(平日 午前9時～午後5時)

◎カーリング教室

期日…12月12日、1月23日、2月6日

毎回日曜日 計3回

対象…市内在住、在勤、在学の小学生以上の人

時間…午後4時～7時

場所…やまびこスケートの森

アイスアリーナ

定員…30名(先着順)

講師…岡谷市カーリング協会

申込み…市民総合体育館窓口にて受付中(電話申込み不可)

問合せ●(株)やまびこスケートの森

アイスアリーナ ☎24-2494

やまびこ国際スケートセンター ファミリースケートデー

市内に在住、在勤、在学のみなさんに無料開放します。

日時…12月11日(土)

午前8時～午後9時

※貸し靴は有料：1足530円

※アイスアリーナでは行いません。

問合せ●やまびこ国際スケートセンター

☎24-5210

第2回 岡谷市民ポッチャ体験会

期日…12月14日(火)

時間…午後7時～8時

(受付：午後6時30分～)

場所…市民総合体育館(スワンドーム)

対象…市内在住、在勤、在学の人

定員：30名(先着順)

申込み…12月10日(金)までに、電話または体育館窓口にお申し込みください。

問合せ●岡谷市スポーツ推進委員会

(スポーツ振興課) ☎22-8804

第43回 元旦マラソン

期日…1月1日(土・祝)

時間…受付：午前7時30分～

受付場所…市民総合体育館 正面駐車場
コース…

[4km] 市民総合体育館—釜口水門—
—市民総合体育館

[2km] 市民総合体育館—塚間川—
—市民総合体育館

第46回 岡谷市民 スケート大会 参加者募集

期日…1月8日(土)

時間…公式練習：

午前8時45分～9時15分

競技開始：午前10時～

場所…やまびこ国際スケートセンター

対象…市内在住、在学、在勤の人

参加料…無料

申込み締切…12月17日(金)

以上問合せ●市民総合体育館内

(公財)岡谷市スポーツ協会 ☎22-8850

(平日 午前9時～午後5時)

今月のスポーツ

学校体育施設予約調整会議

日時(1月分)…12月19日(日)

小学校：午後7時～

中学校：午後7時30分～

場所…市民総合体育館

※必ず「学校体育施設開放利用団体登録
通知書」とボールペンをお持ちください。

個人利用者優先デー

毎月第3日曜日(概ね)に、市民総合体育館(東体育館)を個人利用のために開放しています。ぜひご利用ください。

日時…12月19日(日) 午前9時～午後6時
(午後6時以降も状況により利用可)

使用料…1人2時間

大人220円、小人110円

※市内小中学生は子どもパスポート、学生証提示により無料

冬季のスポーツ施設の営業

●市営庭球場

短縮営業：午前8時30分～午後6時…

12月1日～27日、3月1日～31日

短縮営業：午前10時～午後4時…

1月4日～2月28日

休場日：12月23日、28日～1月3日、

13日、27日、2月10日、24日、

3月2日、3日

●市営岡谷球場、川岸スポーツ広場

12月6日～3月31日まで閉場

●湖畔広場

12月1日～27日、3月1日～31日は開場

※凍結などで使用できない場合もあり。

12月28日～2月28日は閉場

In Body 設置デー

身体を構成している体成分(筋肉量、脂肪量、基礎代謝など)を一目で見ることが可能な高性能の体成分分析マシンを1日限定で設置します。

日時…12月17日(金) 午前9時～午後9時

場所…市民総合体育館

使用料…1回500円

以上問合せ●市民総合体育館 ☎22-8800

◎第4期 Balletone教室

期間…1月11日～3月15日
 毎回火曜日(計8回)
 時間…午前9時50分～10時50分
 場所…市民総合体育館
 定員…20名

◎第4期 ZUMBA教室

期間…①1月7日～3月25日
 毎回金曜日(計8回)
 ②1月11日～3月15日
 毎回火曜日(計8回)
 時間…午前11時10分～午後0時10分
 場所…市民総合体育館
 定員…各20名

◎第4期 スリムキックボクシング教室

期間…1月12日～3月16日
 毎回水曜日(計8回)
 時間…午前10時～11時
 場所…市民総合体育館
 定員…20名

◎第4期 脂肪燃焼エアロビクス教室

期間…1月17日～3月7日
 毎月曜日(計8回)
 時間…午前9時50分～10時50分
 場所…市民総合体育館
 定員…20名

◎第4期 ヨガ教室

期間…1月17日～3月7日
 毎月曜日(計8回)
 時間…午前11時10分～午後0時10分
 場所…市民総合体育館
 定員…20名

親子で楽しもう! クリスマスイベント in 岡谷市民総合体育館

「クリスマスを探そう迷路」、「クラフト体験」、「クリスマス発表会」など親子で楽しめるイベントです。

日時…12月12日(日) 午後1時～4時
 場所…市民総合体育館
 参加費…無料

※クラフト体験は1つ200円

持ち物…上ばき

申込み…電話または受付窓口にてお申し込みください。

以上問合せ●市民総合体育館

☎22-8800

◎第4期 サッカー教室(年中～小学生)

期間…1月12日～3月16日
 毎回水曜日(計8回)
 時間…午後4時～5時(年中～小学1年生)
 午後5時～6時(小学2年生～6年生)
 場所…市民総合体育館
 定員…各30名

◎第4期 卓球教室(小・中学生)

期間…1月12日～3月16日
 毎回水曜日(計8回)
 時間…午後5時～6時
 場所…市民総合体育館
 定員…20名

◎第4期 HIP-HOPダンス教室 (年中～小学生)

期間…1月17日～3月7日
 毎月曜日(計8回)
 時間…午後4時～4時45分
 (年中～小学1年生)
 午後4時45分～5時45分
 (小学2年生～6年生)

場所…市民総合体育館
 定員…各20名

以上問合せ●市民総合体育館

☎22-8800

各種スポーツ教室(一般) (シンコースポーツ株式会社主催)

受講料…4,800円
 (保険料・施設使用料込 8回分)

※当日参加も可能:1回900円

申込み…12月1日(水) 午前9時より市民総合体育館窓口にて受け付けます(電話申込み不可・先着順。1回の申込みにつき2名まで)。受講料を添えて申し込んでください。

※託児つき。希望者は12月15日(水)までにお申し込みください。(1歳児から。1教室1,000円・定員5名)
 ※当日参加は託児不可

◎第4期 ピラティス教室

期間…1月7日～3月25日
 毎回金曜日(計8回)
 時間…午前9時50分～10時50分
 場所…市民総合体育館
 定員…20名

各種スポーツ教室(子ども) (シンコースポーツ株式会社主催)

受講料…4,000円
 (保険料・施設使用料込 8回分)

申込み…12月1日(水) 午後5時より市民総合体育館窓口にて受け付けます(電話申込み不可・先着順。1回の申込みにつき2名まで)。受講料を添えて申し込んでください。

※教室により対象年齢が異なります。

◎第4期 ミニバス教室(小学生)

期間…1月7日～2月25日
 毎回金曜日(計8回)
 時間…前半:午後6時30分～7時30分
 後半:午後7時30分～8時30分
 場所…岡谷田中小学校
 定員…各20名

◎第4期 野球教室(小学生)

期間…1月7日～3月25日
 毎回金曜日(計8回)
 時間…午後5時～6時
 場所…市民総合体育館
 定員…20名

◎第4期 バドミントン教室 (小学4年生～中学生)

期間…1月7日～3月25日
 毎回金曜日(計8回)
 時間…午後5時～6時
 場所…市民総合体育館
 定員…20名

◎第4期 フットサル教室 (年中～小学生)

期間…1月11日～3月15日
 毎回火曜日(計8回)
 時間…午後4時30分～5時30分
 (年中～小学2年生)
 午後5時30分～6時30分
 (小学3年生～6年生)
 場所…市民総合体育館
 定員…各20名

◎第4期 こどもスポーツ教室 (年長～小学生)

期間…1月11日～3月15日
 毎回火曜日(計8回)
 時間…午後5時～6時
 場所…市民総合体育館 定員…20名