

相 相談

子育て学習

乳幼児健診

金

土

諏訪地区小児夜間急病センター

■診療日：火・木・土・日
 ■診療時間：午後7時～9時
 ■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

(株)アイテック
 ☎ 23-8500

離乳食教室(ごっくん教室)
 (R4年5月生)
 [予約制・個別対応]

松澤工業(株)岡谷支店
 ☎ 27-7642

信和設備(株)
 ☎ 22-3302

離乳食教室(ぱくぱく教室)
 (R3年10月生)
 [予約制・少人数教室]

岡谷酸素(株)
 ☎ 22-4931

(有)丸竹下島商店
 ☎ 22-2406

2歳児にここ教室
 (R2年9月16日～30日生)
 午前(個別通知します)

(株)シンニチ設備
 ☎ 22-1365

(株)浜パイピング
 ☎ 23-6885

(株)林鉄工設備
 ☎ 23-3197

(株)イワナミ
 ☎ 22-2222

●各種相談日● 岡谷市役所 ☎ 23-4811

行政・法律	行政相談	12日(水)午前9時～正午 巡回相談(川岸支所)
	無料法律相談 [予約制]	18日(火)午後1時～5時 問合せ：社会福祉課(内線1254) 相談員：宮坂大吾 弁護士 ※11月分予約：10月19日(水)～受付開始
生活・子育て	高齢者のための司法書士による無料法律相談[予約制]	19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)
	家庭児童相談	月～金曜日 午前9時～午後5時 子ども課(内線1226) 児童虐待24時間対応通報専用電話 ☎ 23-4767
女性のための健康相談	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 問合せ：社会福祉課(内線1263)
	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 問合せ：社会福祉課(内線1254)
女性のための相談	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 問合せ：教育総務課(内線1232)
	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] 12日(水)・26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	女性のための健康相談 [予約制]	月～金曜日 午前8時30分～午後5時15分 助産師による相談(1人あたり1時間) 問合せ：健康推進課 ☎ 23-6141(直通)
	女性のための相談	・女性相談員による相談 月～金曜日 問合せ：社会福祉課(内線1263) ・女性カウンセラー(産業カウンセラー)による相談 [予約制] 18日(火)午前10時～午後3時50分 (1人約50分) 問合せ：地域創生推進課(内線1362)
女性のための相談	まいさぼ女性相談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)
移住	移住相談	月～金曜日 午前8時30分～午後5時15分 問合せ：地域創生推進課(内線1361)
就労	ミニジョブカフェ[予約制]	12日(水)午後1時～4時 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
	巡回労働相談 (勤労青少年ホーム)	19日(水)午後0時30分～3時30分 問合せ：テクノプラザおかや ☎ 21-7000
企業経営	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 問合せ：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 問合せ：テクノプラザおかや ☎ 21-7000
農業	特許・発明相談	18日(火)午後1時～4時 問合せ：テクノプラザおかや ☎ 21-7000
	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)
結婚相談	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
	火曜日	午前10時～午後4時
結婚相談	第1・3土曜日	午前10時～午後4時
	第2・4木曜日	午後6時～9時
結婚相談	場所	連絡先
	諏訪湖ハイツ 312相談室	市社協 ☎ 24-2121 諏訪湖ハイツ ☎ 24-2290(内線3112) (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▶10月14日(金) 午後7時～8時30分(体験型講座)

内容：授乳方法・赤ちゃんの抱き方・妊婦体験・沐浴(シャワー浴)など



「パパ・ママ教室」オンライン講座始まりました(2回のみ：奇数月)

今月の納税

◎市県民税 第3期

◎国民健康保険税 第7期

納期限…10月31日(月)

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)

日

月

火

水

木

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。

◆予防接種・乳幼児健診・子育て相談・健康相談に関するお問い合わせは ― 健康推進課 23-6141（直通）まで

●水道修理工当番店

土・日・祝日を除き水道事業協同組合事務局でも受け付けます。
受付時間／午前 9 時～午後 4 時 ☎ 23-8511

乳幼児・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。
保健センターで行う集団接種はありません。
医療機関に確認の上、予約をして接種を行ってください。

☎ 釜口医院
☎ 22-2089

☎ ジュンデンタルクリニック
☎ 24-8220

☎ マツモトキョシ・岡谷天竜町店
☎ 24-1801

☎ 杉村設備(株)
☎ 27-8632

☎ (有)ミヤサカ管工
☎ 22-9615

☎ (株)シンニチ設備
☎ 22-1365

☎ 1 歳 6 か月児健診
(R3年3月生)
午後(個別通知します)

☎ (株)浜パイピング
☎ 23-6885

☎ (株)上條電設工業
☎ 23-5330

☎ よねやま内科クリニック
☎ 22-8863

☎ 小口歯科第2クリニック
☎ 28-2883

☎ 矢崎薬局
☎ 23-7125

☎ (株)総設工業
☎ 28-8504

☎ 林眼科医院
☎ 28-6596

☎ さつき歯科医院
☎ 27-5858

☎ 御子柴薬局
☎ 27-7056

☎ (有)三善工業
☎ 23-3446

☎ 相 育児相談(予約制)
午前9時30分～11時30分

☎ (株)林鉄工設備
☎ 23-3197

☎ 3 歳児健診
(R1年9月生)
午後(個別通知します)

☎ (株)イワナミ
☎ 22-2222

☎ (株)オスガ設備
☎ 27-6622

☎ 今井内科胃腸科クリニック
☎ 24-8688

☎ 湊歯科医院
☎ 78-7618

☎ しなの調剤薬局
☎ 75-5993

☎ 十和設備(株)
☎ 24-0182

☎ 水道建設(株)
☎ 23-2662

☎ (株)アイテック
☎ 23-8500

☎ 3～4 か月児健診
(R4年6月生)
午後(個別通知します)

☎ 杉村設備(株)
☎ 27-8632

☎ 2 歳児にここにご教室
(R2年9月1日～15日生)
午前(個別通知します)

☎ (有)ミヤサカ管工
☎ 22-9615

☎ 酒井医院
☎ 22-2121

☎ アルプス矯正・小児歯科クリニック
☎ 55-4477

☎ 湖北堂薬局
☎ 22-2325

☎ (株)上條電設工業
☎ 23-5330

☎ 相 育児相談(予約制)
午前9時30分～11時30分

☎ 松澤工業(株)岡谷支店
☎ 27-7642

☎ 信和設備(株)
☎ 22-3302

☎ 9～10 か月児健診
(R3年12月生)
午後(個別通知します)

☎ (株)総設工業
☎ 28-8504

☎ (有)三善工業
☎ 23-3446

☎ 諏訪共立病院
☎ 28-2012

☎ 笠原歯科医院
☎ 22-2837

☎ ひまわり薬局
☎ 26-7226

☎ (株)オスガ設備
☎ 27-6622

☎ 岡谷酸素(株)
☎ 22-4931

健康相談・栄養相談・
歯科相談
(月～金曜日)

午前8時30分
～午後5時15分

問合わせ

健康推進課
23-6141(直通)

◆乳幼児健診等

場 所／保健センター 2 階 乳幼児健診室

持 ち 物／母子健康手帳・おたずね用紙(全てに共通)

※ 3～4 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)

※ 2 歳児にここにご教室：歯ブラシ・コップ・タオル

※ 3 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いただきます

募集 子ども・子育て支援 審議会委員 募集

子どもが健やかに成長することができ、社会を推進していくため、市長の諮問に応じて、総合的に子どもの支援施策に関する調査、審議を行う「岡谷市子ども・子育て支援審議会」の公募委員を募集します。

定員…2名以内

任期…2年(年2回程度開催予定)

対象…市内在住の20歳以上の人

申込み…任意用紙に住所・氏名・年齢・生年月日・職業・電話番号を明記のうえ、「子育て支援について」をテーマにしたレポート(400字程度)を添えて、子ども課まで持参、郵送、Eメール(kodomo@city.okaya.lg.jp)にて提出してください。10月7日(金)必着。

問合せ●子ども課(内線1261・1262)

お知らせ 広げよう里親の輪 10月は「里親月間」です

さまざまな理由で、一時的に、または一定期間、家族と離れなければならない子どもたちがいます。そうした子どもを自身の家庭に迎え、その子らしい成長を支えてくれる人を「里親」といいます。地域に里親家庭が増えることで、子どもたちが引き続き地域の「家庭」で健やかに育つ機会を作ることができます。里親になって、一緒に活動して下さる人をお待ちしています。

問合せ●長野県諏訪児童相談所

☎52-0056

児童家庭支援センター つつじ

☎75-1108



お知らせ スマホ操作教室を 開催します

スマホの使い方がわからない人や、さらに活用したい人へ、無料の講習会を開催します。詳細は、市ホームページ、または、広報9月号をご覧ください。

問合せ●企画課(内線1541)

お知らせ 諏訪地域 転職・移住者就職説明会

諏訪地域での就職、転職などを希望する人を対象に就職説明会を開催します。約60社の経営者や人事担当者と直接面談できるチャンスです。ぜひご参加ください。

日時…10月19日(水) 午後1時30分～4時

場所…イルフプラザ・カルチャーセンター

対象…①転職・再就職希望者

②令和5年3月学卒者 ほか

※参加無料。事前申込み不要。

問合せ●工業振興課

(テクノプラザおかや内) ☎21-7000

お知らせ 10月17日～23日は 行政相談週間です

行政相談は、公正・中立の立場から、行政などへの苦情や意見、要望を受け、その解決や実現を促進するとともに、行政の制度や運営の改善に生かす仕組みです。道路・農地・年金・福祉・医療・環境など、各種相談にも応じており、身近な相談窓口としてご利用いただけます。総務大臣から委嘱を受けた行政相談委員が対応します。相談は無料で、秘密は厳守します。

〈巡回相談〉

日時…10月12日(水) 午前9時～正午

場所…川岸支所

〈定例相談〉

日時…11月9日(水) 午前9時～正午

場所…市役所202会議室

※以降、毎月第2水曜日に開催

問合せ●社会福祉課(内線1253)

お知らせ オープンエアマーケット 第6弾

地元農産物の直売イベント、オープンエアマーケット第6弾は、おいしい秋野菜をたくさんご用意してお待ちしています! イベントも企画中! ぜひご家族でご来場ください。

日時…10月15日(土) 午前9時～10時30分(売切れ次第終了)

場所…岡谷蚕糸博物館

マルベリー広場(芝生広場)

問合せ●農林水産課(内線1486)

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

環境 10月はごみ・資源物 分別強化月間です

市では、10月1日から31日までを“ごみ・資源物分別強化月間”として、各地区の衛生自治会のみなさんとの協働で、燃やすごみの袋に入っている古紙やその他プラスチックなどの資源物の分別を強化することで、ごみ減量の推進に取り組みます。

収集場所での分別啓発の実施を予定していますので、この機会に分別についての疑問点やご意見などをお聞かせください。ご協力をお願いいたします。

問合せ●環境課(内線1447・1448)

環境 諏訪湖周一斉清掃を 実施します

日時…10月16日(日) 午前7時～8時

【小雨決行】

内容…ごみ拾い、空き缶、ペットボトルの回収など

清掃範囲…諏訪湖畔(下諏訪町境～諏訪市境)・天竜川(釜口水門付近)

●マスクを着用し、参加者同士の距離を確保して清掃を行いましょう。

※今年度より開始時間が午前7時に変更になりましたので、ご注意ください。

問合せ●環境課(内線1447・1448)

環境 「緑のカーテン」用の 種をご提供ください

環境課では、市民のみなさんが育てた「緑のカーテン」から取れた種を譲り受け、その種をみなさんにお配りすることで、まち中に『緑のカーテン』を増やしています。身近にできる小さな取り組みも、大勢が参加すれば大きな取り組みとなります。ご家庭で使いきれなかった種がありましたら、環境課までご提供ください。『緑のカーテン』で、CO2削減の輪を上げましょう。

問合せ●環境課(内線1445・1446)

「宝くじでラッキー・ハロウィン!」購入は県内で!

9月21日(水)から10月21日(金)まで販売される「ハロウィンジャンボ宝くじ」(1等・前後賞合わせて5億円)と「ハロウィンジャンボミニ」(1等・前後賞合わせて5千万円)は、市町村振興宝くじです。この宝くじの収益金は、長野県の販売実績により配分され、市町村の明るいまちづくりや環境対策、高齢化対策など地域住民の福祉向上のために使われます。購入をお考えのみなさんは、長野県内の宝くじ売り場でお買い求めください。宝くじ公式サイトからでも購入可能です。

問合せ●財政課
(内線1532)



ハロウィンジャンボ ラッキー・ハロウィン!
ハロウィンジャンボミニ

当せんチャンス広がる

1等前後賞合わせて5,000万円
1等3,000万円、前後賞各1,000万円

1等前後賞合わせて5億円
1等3億円、前後賞各1億円

スマホやPCからのネット購入はこちらから!

宝くじ公式サイト
<https://www.takarakuji-official.jp/>

この宝くじの収益金は市町村の明るいまちづくりや環境対策、高齢化対策など地域住民の福祉向上のために使われます。

9月21日(水) 同時発売
各1枚300円
販売期間 9月21日(水)～10月21日(金) 抽せん日 10月28日(金)
2022年 長野県市町村振興宝くじ

健康

おいしく「減塩」のコツを紹介 「おいしく楽しく栄養講座」

最近お店で見かけるようになった「減塩食品」。みなさんはじょうずに活用していますか?

健康推進課栄養士が、高血圧予防につながる減塩のコツを、減塩食品を使った料理のデモンストレーションを交えながら詳しくご紹介します。(減塩料理・減塩食品の試食あり)

日時…11月5日(土) 午前10時～11時

場所…保健センター2階 栄養指導室

対象…市内在住の人

定員…12名(定員になり次第締切)

申込み…10月3日(月)から電話にて受付。28日(金)締切。

※参加費無料

問合せ●健康推進課(内線1181)

お知らせ

あいさつではじまる “ふれあいたいむ”

秋季推進旬間:10月19日(水)～28日(金)

“ふれあいたいむ”は、小中学校の児童生徒が登下校する時間帯に、地域のみなさんが散歩やジョギング、清掃、買い物など、屋外での活動をしながら、子どもたちにちよつと気を配り、子どもたちを犯罪や交通事故から守ろうという見守りの時間です。

それぞれの学校・地域の単位でさまざまな見守り活動が行われ、地域交流の場ともなっています。

この推進旬間を機会に、多くのみなさんで活動に参加し、まずは、なにげない「あいさつ」から地域で子どもたちの見守りの輪を広げていきましょう。

問合せ●教育総務課(内線1218)

公益財団法人長野県市町村振興協会



令和4年就業構造基本調査が実施されます

国民の就業・不就業の状態を調査し、全国だけでなく地域別にも詳細に明らかにし、国や地方公共団体における雇用政策、経済政策などの各種行政施策立案の基礎資料を得ることや、学術研究に利用することなどを目的に実施します。対象となった世帯は、正確な統計を作成するために、調査への回答をお願いします。

調査期日…10月1日(土)

調査票の配布…9月下旬から「調査員証」を身に付けた調査員が、無作為に選ばれた対象世帯を訪問し、調査票を配布します。

問合せ●企画課(内線1542)

【調査をよそおった、かたり調査にご注意してください】

統計調査員は、長野県知事が発行した顔写真入りの「調査員証」を必ず携帯しています。不審に思った際は、「調査員証」の提示を求めるか、企画課へお問い合わせください。

●統計調査員には厳格な守秘義務が課せられています。

調査関係者が、調査で知り得た内容を他にもらしたり、統計以外の目的で使用することはありません。

●金銭を要求することや、銀行口座、クレジットカード番号をお聞きすることはありません。



『元氣いきいき』 岡谷シニアスポーツデー

市民総合体育館の一部を65歳以上の人に無料開放します。希望者に「体力測定」、「はつらつ健康体操教室（無料体験）」を行います。

運動・健康に興味のある人は、ぜひお越しください。

対象…市内外問わず65歳以上の人
（年齢が確認できるものをお持ちください）

日時…10月20日(木)
午前9時～午後3時
※「体力測定」は午前10時～（受付：9時30分～）。要事前申込み（定員20名）。
※「はつらつ健康体操」は午前11時～（定員10名）。

場所…市民総合体育館スワンドーム、
2A・2B会議室、トレーニングルーム
使用料…無料(個人利用のみ)
持ち物…運動のできる服装、上ばき など
問合せ●スポーツ振興課 ☎22-8804



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・先着順）。詳しくはお問い合わせください。

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円の保険料(任意)がかかります。

プール大規模改修工事が 始まります

10月から市民水泳プールの大規模改修工事が行われます。利用者のみならずにはご不便をおかけしますが、ご理解・ご協力をお願いします。

工事期間…10月～令和5年4月(予定)
施設が利用できない期間が生じます。詳細が決まりましたら改めてお知らせします。
問合せ●スポーツ振興課 ☎22-8804

スケート指導をお手伝いください

スケートの指導を通じて、子どもたちの「滑れた!」という笑顔づくりを応援してくださる人を募集します。

期間…冬季(とくに10月～3月)
募集内容…平日の午前中に指導ができる人(種目は問いません)
指導対象…おもに小学生の初級者
※謝礼をお支払いします。詳しくは、お問い合わせください。

問合せ●(株)やまびこスケートの森
☎24-2494



第40回 岡谷市民ゴルフ大会

期日…11月20日(日)
場所…諏訪レイクヒルカントリークラブ
対象…市内在住・在勤の人、その家族・友人など(市外在住可)
申込み…諏訪レイクヒルカントリークラブ
☎23-1224・FAX 23-8370
問合せ●スポーツ振興課 ☎22-8804

今月のスポーツ

学校体育施設予約調整会議

日時(11月分)…10月16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

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…10月16日(日) 午前9時～午後5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

自分の体を知ろう!

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常時設置しています。自分の体の状態をチェックし、健康づくりにご活用ください。

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



シルキーチャンネル 10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。

問合せ●秘書広報課(内線1364)

《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おやか
- 岡谷インフォメーション
- 音楽と運動による健康サポート事業
- 文字放送 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。

◎らくらく水中運動教室(一般)

日時…毎週火曜日
午後2時～3時
場所…市民水泳プール
定員…15名
受講料…1回600円
申込み…当日窓口にて受付。



◎トレーニングパーソナルレッスン(一般)

個人の要望に応じた運動メニューの提案と運動指導。

期日…平日(土・日・祝日は要相談)
時間…正午～午後4時のうち1時間
場所…市民総合体育館内トレーニングルーム
受講料…1回1,500円

◎パーソナルスイムレッスン(小学生～一般)

個人の要望・レベルに合わせたレッスン。初心者から上級者まで対応。種目なども相談に応じます。

期日…平日(土・日・祝日は要相談)
時間…午後1時～7時のうち1時間
場所…市民水泳プール
受講料…1回1,800円

以上申込み…窓口または電話で受付。
トレーニングは体育館まで、スイムはプールまでご連絡ください。(料金は保険料・施設使用料込)

問合せ●市民総合体育館 ☎22-8800
市民水泳プール ☎23-6820

◎ジュニアアスリートのためのパフォーマンスアップ教室

現在取り組んでいるスポーツの競技力向上のほか、身体を動かすことが好きな子どもの運動能力の開拓をめざす教室です。学校やクラブ活動では学べない身体教育や食育などを、指導員が総合的に指導します。

期間…11月10日～2月2日
毎回木曜日 計12回
時間…午後6時45分～8時45分
対象…市内在住の小学4～6年生
定員…20名(先着順)
場所…やまびこスケートの森、市内小学校体育館 ほか

受講料…3,000円
講師…(株)やまびこスケートの森スタッフ
申込み…10月14日(金) から市民総合体育館にて受付。28日(金)締切。
問合せ●(株)やまびこスケートの森 ☎24-5210
スポーツ振興課 ☎22-8804

各種スポーツ教室 (シンコースポーツ(株)主催)

◎はつらつ健康体操教室(一般)

日時…毎週水曜日
午後2時～3時
場所…市民総合体育館
定員…20名
受講料…1回500円
申込み…当日窓口にて受付。



◎小・中学生新体操教室

新体操の道具を使うほか、柔軟やマット運動も取り入れて運動します。

期間…11月8日～12月6日
毎回火曜日(計5回)
時間…午後7時～8時
対象…市内在住の小・中学生
場所…市民総合体育館
定員…15名(先着順)
講師…レインボーR.G.指導員
申込み…10月3日(月)から受付開始
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)

◎初心者向けスケート教室 今回から大人も歓迎!

スケートを始めるきっかけづくりの教室です。未経験や滑れない人も大歓迎!基礎からていねいに指導します。

期間…10月24日～11月14日
毎月曜日(計4回)
時間…午後5時45分～7時15分(午後6時～7時が氷上)
対象…市内在住、在学、在勤の人(小学生から一般)
場所…やまびこスケートの森 アイスアリーナ
定員…50名(先着順)
講師…(株)やまびこスケートの森スタッフ、スケート協会員ほか
申込み…10月4日(火) から市民総合体育館にて受付。17日(月)締切。
問合せ●(株)やまびこスケートの森 ☎24-2494
スポーツ振興課 ☎22-8804