

相 相談

子育て学習

乳幼児健診

金	土
	1
6	7
13	14
20	21
27	28
34	29

有丸竹下島商店
☎ 22-2406

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

株アイテック
☎ 23-8500

株杉村設備
☎ 27-8632

信和設備株
☎ 22-3302

株総設工業
☎ 28-8504

●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(湊支所)	
	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：蒲生 路子弁護士 ※7月分予約：6月19日(水)～受付開始	
	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)	
生活・子育て	こども家庭センター (家庭児童相談など)	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	
	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)	
	子ども教育相談センター 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)	
	子ども教育相談センター 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】 相談日程については、下記へお問い合わせください 会場：諏訪湖ハイツ1階 ☎24-2206	
	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1259) ・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)	
	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】 若年者の就職活動における疑問や悩みの相談	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	
	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：概ね35歳までの若年者 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	
	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	
農業	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・成年後見等相談 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
	第2・4火曜日	午前10時～午後4時	社協相談室
	第1・3土曜日	午前10時～午後4時	
		連絡先	市社協☎24-2121
			諏訪湖ハイツ☎24-2290 (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。

準備編 ▶ 6月21日(金) 午後7時～8時30分

内容：赤ちゃんを産むための体づくり・夫婦のコミュニケーション・産後のメンタルヘルスなど



今月の納税

◎市県民税 第1期

◎国民健康保険税 第3期

納期限…7月1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1135)

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・こどもの定期予防接種は、全て医療機関で行う個別接種です。
医療機関に確認の上、予約をして接種を行ってください。

今井整形外科
☎ 28-9933

大滝歯科医院
☎ 22-5678

ウエルシア薬局岡谷長地店
☎ 26-2512

十和設備(株)
☎ 24-0182

水道建設(株)
☎ 23-2662

(株)アイテック
☎ 23-8500

1歳6か月児健診
(R4年11月生)
午後1時～1時20分 受付

杉村設備(株)
☎ 27-8632

離乳食教室〈ごつくん教室〉
(R6年1月生)
[予約制・個別対応]

(有)ミヤサカ管工
☎ 22-9615

祐愛病院
☎ 23-0222

小口歯科第2クリニック
☎ 28-2883

スギ薬局岡谷店
☎ 78-8472

(株)上條電設工業
☎ 23-5330

相 育児相談
午前9時30分～11時 受付

松澤工業(株)岡谷支店
☎ 27-7642

信和設備(株)
☎ 22-3302

3歳児健診
(R3年5月生)
午後0時40分～1時20分 受付

(株)総設工業
☎ 28-8504

(有)三善工業
☎ 23-3446

小口医院(耳鼻咽喉科)
☎ 22-3068

アルプス矯正・小児歯科クリニック
☎ 55-4477

コスモファーマ岡谷薬局
☎ 78-8023

(株)オスガ設備
☎ 27-6622

岡谷酸素(株)
☎ 22-4931

(有)丸竹下島商店
☎ 22-2406

3～4か月児健診
(R6年2月生)
午後1時～1時20分 受付

十和設備(株)
☎ 24-0182

2歳児にこここ教室
(R4年5月生)
午前(個別通知します)

水道建設(株)
☎ 23-2662

諏訪共立病院
☎ 28-2012

湊歯科医院
☎ 78-7618

ひまわり薬局
☎ 26-7226

(有)ミヤサカ管工
☎ 22-9615

相 育児相談
午前9時30分～11時 受付

(株)シンニチ設備
☎ 22-1365

(株)浜パイピング
☎ 23-6885

9～10か月児健診
(R5年8月生)
午後1時～1時20分 受付

(株)上條電設工業
☎ 23-5330

離乳食教室〈はくぱく教室〉
(R5年6月生)
[予約制]

松澤工業(株)岡谷支店
☎ 27-7642

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

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 歳児にこここ教室：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。

information — 今月のお知らせ —

健康
ひと回メモ
No.560

口腔機能低下症とその対応

先日、長野県の「年齢別

人口」のまとめが発表され、
2024年4月1日現在、

65歳以上が33・1%と約3分の1を占めました。後期高齢者（75歳以上）数も年々増え、令和2年の36万5000人から令和7年には40万4000人と3万人以上の増加が見込まれています。（長野県後期高齢者医療広域連合より抜粋）

後期高齢者健診の対象者に、歯科においても健診を行っています。その内容に口腔機能低下症に対する検査項目があります。

口腔機能低下症とは、その名の通り口腔内の機能（咀嚼、嚥下、構音、唾液、感覚）が低下していく症状です。原因は主に加齢ですが、その他にも疾患や障害などさまざまな要因があります。むし歯の有無や歯周病の状態などの検査項目に加え、口腔衛生状態（口のなかのきれいに磨けているか）、舌圧（ペロの力）、嚥下能力（食べ物をかみ砕いて飲み込む一連の動作）の検査、咬合力（かむ力）検査などさまざまな検査項目があります。この一連の検査診断を行ったうえで口腔機能の低下症を改善する対応を歯科医院では行っています。

以前、2023年11月号の広報おかやで「オーラルフレイルとその対応」について述

べました。

オーラルフレイルとは日常で見られるわずかなむせや食べこぼし、滑舌の低下など口腔機能が低下した状態を示すものです。オーラルフレイルによる口腔機能の衰えを検査し、その結果に基づき診断されたものを口腔機能低下症とします。そのため、オーラルフレイルと口腔機能低下症は厳密に区別されるものではありません。

口腔機能低下症と診断された場合、むし歯治療、合わない義歯（入れ歯）の調整、作り直し、歯周病の改善（ブラッシング指導や歯石の除去）だけでなく、発音のトレーニングや、唾液（つば）が出やすいよう唾液腺や筋肉のマッサージ指導、食事指導など対応はさまざまです。歯の本数は減っていないのに、入れ歯の調子は悪くないのに、口のなかでどこも痛いところもないのに、何故か食べ物を食べづらくなった、むせやすくなった、口のなかの乾燥がやすくなった、口のなかでザラザラする、そう感じた人は、一度かかりつけの歯科医院で相談してみたいかがでしょうか？

自宅などでも簡単にできる「オーラルフレイル対策のための口腔体操」などもありますので、こちらもぜひ活用してみてください。



こちらから▲

（岡谷下諏訪歯科医師会）



世界おとどけ便 ～国際交流センターだより～



ニュージーランド出身のジャーレッド・スタンフォードです



岡谷市民のみなさん、Kia ora!（こんにちは）。4月1日から岡谷市の国際交流員になりましたジャーレッド・スタンフォードと申します。出身はニュージーランドのワンガヌイという町です。ワンガヌイ町はきれいな自然に囲まれて伝統があり、岡谷市とよく似ているので、このまちに住めることがうれしいです。

わたしは大学でソーシャルワーカーの勉強をし、卒業後はカウンセラーやまちづくりの仕事をしていました。大学卒業のころに日本の楽器「尺八」に出会い、興味を持つようになりました。2018年に尺八の道を極めるために来日し、高知県の佐川町に住み尺八を学びながらALTとして働きました。その経験を通して言語学習と文化交流にやりがいを感じるように

なり、現在も日本語学習と日本文化に興味を持っています。またニュージーランドの文化を伝えることも好きです。みなさんはニュージーランドの伝統的な“ハカ”をご存じでしょうか。とても迫力がある行事で、機会があればぜひみなさんと踊ってみたいと思います。

昨年は富山県国際交流員として勤めていました。さまざまなイベントに参加し、いろいろな人たちから良い影響を受けて大変勉強になりましたので、岡谷市でも経験を積み重ねて国際交流事業に一生懸命取り組み、岡谷市の魅力を経験してたくさんいい思い出を作りたいです。

みなさんとお会いする機会を楽しみにしています。そのときはぜひ気軽にKia ora（キョオラ）と声をかけてください。よろしく願いいたします。Thanks see you around!

お知らせ
アメリカシロヒトリを
駆除しましょう

アメリカシロヒトリは例年、6月中旬から9月中旬に大量発生します。サクラやクルミなどの落葉広葉樹を好み、繁殖力が強いので、被害の拡大を防ぐには早期発見、駆除が重要です。市では市有地以外の駆除は行っていないため、各家庭で駆除をするか、専門業者へ依頼してください。

駆除方法は、絹糸状の巣を作っている段階では枝ごと切って踏みつぶすか、ごみ袋に密閉し燃やすごみとして処分してください。幼虫が活発に活動し始めた際には、薬剤散布が効果的です。薬剤の使用方をよく読み、近隣への事前通知を行ったうえで、飛散に注意し散布してください。

問合せ●市民生活課(内線1171)

お知らせ
市長と語る
「まちづくりふれあいトーク」



「まちづくりふれあいトーク」は、これからのまちづくりについて市長が市民のみなさんへ説明を行うとともに、みなさんから

の思いやご意見などを一緒に語り合う機会です。どの会場でも自由に参加できますので、ご都合のよい会場にご参加ください。

開催日	時間	会場
6月3日(月)	午後7時～	柴宮館
6月4日(火)		花岡区民センター
6月26日(水)		横川公会堂
7月3日(水)		間下区民センター
7月8日(月)		今井区公会所
7月9日(火)		橋原公会所
7月10日(水)		小坂公民館
7月17日(水)		西堀区公会所
7月18日(木)		岡谷区公会所
7月19日(金)		小尾口区公民館
7月22日(月)		小口区民センター

全21回開催予定です。後半の日程は7月号にてお知らせします。

問合せ●秘書広報課(内線1366)

お知らせ
6月23日(日)～29日(土)は
男女共同参画週間です

「だれもがどれも選べる社会に」
(令和6年度キャッチフレーズ)

男性と女性が、職場で、地域で、学校で、家庭で、それぞれの個性と能力を最大限に発揮できる男女共同参画社会を実現するためには、市民のみなさん一人ひとりの取り組みが必要です。

この機会に、わたしたちのまわりの男女のパートナーシップについて考えてみましょう！

- 週間にあわせて、市役所ロビーにてパネル展示を行います。
- 岡谷図書館に、テーマブックコーナーを設置しています。

問合せ●地域創生推進課(内線1363)

お知らせ
ペットはマナーを守って
正しく飼いましょう！

ペットは家族の一員です。ペットも人も快適に暮らせるように、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。

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・去勢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、野良猫への安易な餌やりはやめましょう。
- ネコのふん尿はにおいが強く、他人の迷惑になります。また、交通事故、感染症などで亡くさないためにも、飼い猫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

お知らせ
国によるJアラートの
試験放送を行います

国による全国瞬時警報システム(Jアラート)の全国一斉情報伝達訓練に伴う緊急地震速報の試験放送を、岡谷市防災行政無線から放送します。試験ですので、ご理解とご協力をお願いします。

日時…6月20日(木) 午前10時ごろ

問合せ●危機管理室(内線1594)

お知らせ
6月は「赤十字会員増強
運動月間」

日本赤十字社は災害時の救護活動をはじめ、救急法などの講習の普及や地域赤十字奉仕団・青少年赤十字活動など地域に根ざした活動を行っています。これらの活動は、活動資金によって支えられています。6月を「赤十字会員増強運動月間」として、赤十字会員、活動資金の募集を行いますので、多くのみなさんのあたたかいご支援ご協力をお願いします。

問合せ●日赤岡谷市地区事務局
(社会福祉課内 内線1251)

環境
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、焼却する際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
- ▶乾燥させてから焼却する

問合せ●環境課(内線1445・1446)

各種スポーツ教室(子ども) (シンコースポーツ(株)主催)

受講料…5,000円

(保険料・施設使用料込 10回分)

申込み…6月3日(月) 午後5時から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2期 HIP-HOPダンス教室 (年中～小学生)

期間…7月1日～9月30日

毎月曜日(計10回)

時間…午後4時10分～4時55分

(年中～小学1年生)

午後5時～5時50分

(小学2年生～6年生)

場所…市民総合体育館

定員…各25名

◎第2期 陸上教室(小学生)

期間…7月1日～9月30日

毎月曜日(計10回)

時間…午後5時～6時

場所…湖畔広場

(雨天時:市民総合体育館)

定員…20名

◎第2期 サッカー教室 (年中～小学生)

期間…7月2日～9月17日

毎月曜日(計10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2年生～6年生)

場所…市民総合体育館

定員…各30名

おかやファミリースポーツプログラム 第2弾 親子でバドミントン体験

日時…7月13日(土) 午前10時～正午
(集合:午前9時45分)

場所…市民総合体育館

対象…市内の小学生とその保護者

受講料…500円

(子ども1人追加につき200円)

定員…親子25組

申込み…市民総合体育館窓口にて6月17日(月)から受付。7月2日(火)締切。

第17回 岡谷市民綱引大会

期日…7月7日(日)

場所…市民総合体育館

種目…一般(男子、女子、混合、男子6人制、女子6人制)(予定)

申込み締切…6月下旬ごろを予定

※詳細はお問い合わせください。

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

(第2・4木曜日を除いた平日

午前9時～午後5時)

岡谷市弓道協会主催 弓道初心者教室

弓道をやってみませんか。

期間…6月11日～7月16日

毎週火曜日(計6回)

時間…午後7時30分～9時15分

場所…市民総合体育館 弓道場

対象…市内在住・在学・在勤のおおむね18才以上の人

定員…10名(先着順)

受講料…3,000円(入館料含む・初回に集金)

申込み…市民総合体育館窓口にて受付

問合せ●岡谷市弓道協会

☎080-5140-8739 (担当:花岡)

今月のスポーツ

学校体育施設予約調整会議

日時(7月分)…6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」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ます。ぜひご利用ください。

日時…6月16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

※市内小中学生は無料ですので、確認のため、子どもパスポート・学生証を提示してください。

問合せ●市民総合体育館 ☎22-8800

おかやファミリースポーツプログラム 第1弾 親子でバスケット体験

日時…6月16日(日) 午前10時～正午
(集合:午前9時45分)

場所…市民総合体育館

対象…市内の小学生とその保護者

受講料…500円

(子ども1人追加につき200円)

定員…親子50組

申込み…市民総合体育館窓口にて受付中。6月6日(木)締切



シルキーチャンネル

LCVデジタル12CH

ユーチューブライブ

6月の番組表

問合せ●秘書広報課(内線1364)

【6月3日よりチャンネルの番号が変更となります】

変更前:111チャンネル(リモコン11番)⇒変更後:121チャンネル(リモコン12番)
詳しくは、LCV(☎0120-123-8333)、または秘書広報課まで。

《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。

6月の
放送
番組

- しるくつきんぐ
- 運動不足を防ごう!おうちでできる簡単運動
- 岡谷市イベント情報 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。

◎第2期 夜ピラティス(託児なし)

期間…7月3日～9月18日

第1・3・5水曜日(計7回)

時間…午後7時～8時

場所…市民総合体育館

定員…20名

受講料…4,200円

◎第2期 ピラティス教室

期間…7月5日～9月13日

毎週金曜日(計10回)

時間…午前10時～11時

場所…市民総合体育館

定員…20名

◎第2期 ザ・サーキット教室

(託児なし)

期間…7月10日～9月18日

毎週水曜日(計8回)

時間…午後7時30分～8時30分

場所…市民総合体育館

定員…20名

受講料…4,800円

問合せ●市民総合体育館 ☎22-8800

バレトン・ズンバ 無料体験会!!

Balletone、ZUMBAってどんなスポーツ? 無料で体験してみませんか。

日時…6月18日(火)

バレトン:午前10時～11時

ズンバ:午前11時10分～12時10分

場所…市民総合体育館

持ち物…上ばき、タオル、飲み物、ヨガマット

申込み…体育館窓口、または電話にて受け付けます。

問合せ●市民総合体育館 ☎22-8800

今月の子育てポイント(幼児期)

「いっぱいほめて

叱る時は静かに諭しましょう」

ちよつとしたことでもほめてあげることで、子どもはやる気と自信をもち、伸びていきます。叱るときは、その場で短く、子どもの目を見て、簡潔にさつぱりと。怒りにまかせて大きな声を出しても、子どもは、おびえるだけです。

～成長樹(期)子育て実践ポイントより～



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…6,000円 ※一部教室除く

(保険料・施設使用料込 10回分)

※当日参加も可能:1回900円

申込み…6月3日(月) 午前9時から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(一部教室除く)。希望者は6月15日(土)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2期 ベーシックエアロビクス教室

期間…7月1日～9月30日

毎週月曜日(計10回)

時間…午前10時～11時

場所…市民総合体育館

定員…20名

◎第2期 ヨガ教室

期間…7月1日～9月30日

毎週月曜日(計10回)

時間…午前11時10分～12時10分

場所…市民総合体育館

定員…20名

◎第2期 Balletone教室

期間…7月2日～9月10日

毎週火曜日(計10回)

時間…午前10時～11時

場所…市民総合体育館

定員…20名

◎第2期 ZUMBA教室

期間…①7月2日～9月10日

毎週火曜日(計10回)

②7月5日～9月13日

毎週金曜日(計10回)

時間…午前11時10分～12時10分

場所…市民総合体育館

定員…各20名

◎第2期 スリムキックボクシング教室

期間…7月3日～9月11日

毎週水曜日(計10回)

時間…午前10時～11時

場所…市民総合体育館

定員…20名

◎第2期 こどもスポーツ教室 (年長～小学生)

期間…7月2日～9月17日

毎週火曜日(計10回)

時間…午後5時～6時

場所…市民総合体育館

定員…20名

◎第2期 卓球教室(小・中学生)

期間…7月3日～9月11日

毎週水曜日(計10回)

時間…午後5時～6時

場所…市民総合体育館

定員…20名



◎第1期 バレーボール教室 (小学生)

期間…7月3日～9月18日

毎週水曜日(計10回)

時間…午後5時30分～6時30分

場所…市民総合体育館

定員…20名

◎第2期 野球教室(小学生)

期間…7月5日～9月27日

毎週金曜日(計10回)

時間…午後5時～6時

場所…湖畔広場(雨天時:市民総合体育館)

定員…20名

◎第2期 バドミントン教室 (小学4年生～中学生)

期間…7月5日～9月27日

毎週金曜日(計10回)

時間…午後5時～6時

場所…市民総合体育館

定員…20名

◎第2期 ミニバス教室(小学生)

期間…7月5日～9月13日

毎週金曜日(計10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40名

問合せ●市民総合体育館 ☎22-8800