

川湯屋内温水プール 教室参加者を募集します

川湯屋内温水プールでは、令和5年度の各教室の参加者を募集します。

▶教室内容／以下の表のとおり

▶スポーツ傷害保険への加入が必要です

- 子ども 850円(年間)
- 大人(64歳以下の方) 1,900円(年間)
- 大人(65歳以上の方) 1,250円(年間)

▶募集期間／3月8日(水)～3月31日(金)



教室名	内容	日時	対象	定員
ラッココース	4～5歳の幼児が対象。水への抵抗感を取り除き、楽しく遊び、水と親しみながら体力を付けていきます。水に慣れている幼児は、水遊びから初歩的なキックなどの動作を取り入れながら泳力を付けていきます。(町内にお住まいの年中・年長児に限ります)	4月22日から11月末まで 毎週土曜日 10時30分～11時10分	幼児	10人
イルカコース	初めて水泳を習う小学生が対象。水への抵抗感を取り除き、楽しく遊び、水と親しみながら泳力を付けていきます。基礎的なクロールから行います。(町内にお住まいの小学生に限ります)	4月22日から11月末まで 毎週土曜日 11時～11時45分	新規小学生	10人
ジュニアコース	水に慣れている小学生が対象。基礎的なクロールから2泳法を取り入れて泳力を付けていきます。(町内にお住まいの小学生に限ります)	4月22日から11月末まで開催 毎週土曜日11時～正午	小・中学生	10人
がんばれ水泳教室	4泳法(クロール・背泳ぎ・平泳ぎ・バタフライ)を向上させたい方、きれいに長く泳げるようになりたい方が対象。一連の動作の習得と50m完泳、技術・泳力の向上を目指します。	4月14日から10月末まで 毎週金曜日 10時30分～11時15分	成人の方	15人
水中運動	水の特性を利用し、心臓や肺、筋骨格などへの負担を軽減しながら、全身的に効果が得られる運動です。高齢者の方にも適した運動として注目されています。(木曜日のみ生涯学習バスが出ます)	4月13日から10月末まで 毎週木曜日 10時30分～11時15分	成人の方	15人
水中エアロビクス	泳げない方でも安心して行える運動。音楽に合わせて行い、水の特性を生かし皮下脂肪燃焼を目的としています。	4月12日から11月末まで開催 毎週水曜日 10時30分～11時15分	成人の方	15人
ナイト水中ジョギング	泳げない方でも安心して行える運動。水の特性を生かし皮下脂肪燃焼を目的としています。腰痛・肩こりなどにも効果があります。	4月14日から11月末まで開催 毎週金曜日 19時～19時45分	成人の方	10人
親子水泳教室	親子で楽しく遊び、水と親しみながら体力を付けていきます。親子で一緒に水の心地よさを体感しながら、体力の向上やストレス解消に取り組みませんか。	4月23日から11月末まで開催 毎週日曜日 10時30分～11時15分	親子	10人
フリー教室	自由に泳いだり、歩いたりします。ご自身のペースに合わせて、運動をしてみませんか。	4月12日から3月末まで開催 毎週水～日曜日 13時30分～15時	成人の方	20人

申し込み・問い合わせ先／町教育委員会川湯屋内温水プール ☎ 4 8 3 - 2 0 7 2

Vol.11 2023年3月 弟子屈町公式チャンネル便り

先月のイチオシ！



動画はこちらから！

摩周☆スノーランド
ダイジェスト



摩周☆スノーランド
生配信①



大盛況で幕を閉じた摩周☆スノーランド。イベント2日間の様子をダイジェストでまとめました。久しぶりの生配信は3回行いました3年ぶりの開催となったイベントをご覧ください！

その他おすすめ動画



弟子屈ではたらく
＜2月編＞



YouTube
チャンネル登録は
←からできます！

お問い合わせ：まちづくり政策課政策調整係
TEL:482-2913(課直通)

皆様のご来場をお待ちしています！

地域おこし協力隊 活動報告会

本町では現在、11人の地域おこし協力隊員が活躍しています(うち1人育児休暇取得中)。隊員の今年度の活動を報告する「弟子屈町地域おこし協力隊活動報告会」を開催します。隊員の活動内容を知る貴重な機会ですので、ぜひ、ご来場ください。

▶日時／3月11日(土) 10時～14時 ▶場所／町公民館 2階講堂

※ポスターセッション形式で実施しますので、開催中はご自由に入退場できます。

▶地域おこし協力隊の皆さん



報告会は
参加申し込み不要・入場無料です
直接、会場にお越しください



上段左から伊藤恭子さん、ベースラー・バスカルさん、川上椋輔さん、高橋志学さん、井出千種さん、嶋裕香さん
下段左から横山大理さん、小島萌さん、木龍奈津子さん、寶澤奈緒子さん ※生永絵美さんは育児休暇取得中

問い合わせ先／役場まちづくり政策課政策調整係 ☎ 4 8 2 - 2 9 1 3(課直通)