

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6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15日(金)～3月31日(日)

教室名	内容	日時	対象	定員
ラッココース	4～5才の年中・年長の幼児を対象に、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く教室です。水慣れしている幼児は、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く教室となります。(町民に限る)	4月20日から10月末まで開催 毎週土曜日 10時15分～11時	幼児	10人
ジュニアコース	初めて水泳を習う小学生を対象に、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く教室です、基礎的なクロールから行う教室となります。(町民に限る)	4月20日から11月末まで開催 毎週土曜日 11時10分～11時55分	新規小学生	10人
	水慣れしている小学生を対象に、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く教室となります。(町民に限る)	4月20日から11月末まで開催 毎週土曜日 11時～11時45分	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のために、一連の動作の習得、50m完泳を目標とし技術・泳力の向上を目的とします。(木曜日のみ生涯学習パスが出ます)	4月11日から3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。高齢者の方々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パスが出ます)	4月11日から3月末まで 毎週木曜日 10時30分～11時15分	成人の方	15人
水中ジョギング	泳げない方でも安心して行える運動で、水の特性を生かし皮下脂肪燃焼を目的とした教室です。汗を流し、仕事の疲れをとりませんか。(腰痛・肩こり等に効果抜群!)	4月12日から3月末まで開催 毎週金曜日 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で、音楽に合わせて運動しながら行い、水の特性を生かし皮下脂肪燃焼を目的とした教室です。	4月13日から3月末まで開催 毎週土曜日 13時30分～14時14分	成人の方	15人
ナイトフリー教室	フリーに泳いだり、歩いたり、ご自身のペースに合わせ、仕事の疲れやストレス解消に、この機会に運動をしてみませんか。	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く教室です。お子様と一緒に体力の向上やストレス解消、お子様と一緒に水の心地よさをぜひ一緒に体感してください。(新生児6ヵ月より)	4月14日から3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	フリーに泳いだり、歩いたり、ご自身のペースに合わせ、この機会に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☎483-2072

防災ワンポイントコーナー

令和6年度の防災訓練に是非ご参加ください！

令和5年度、本町はアトサヌプリ(硫黄山)の噴火を想定して、主に硫黄山MOKMOKベースで陸上自衛隊第27普通科連隊と弟子屈消防署による救助・避難要領を演練しました。

いつ起きてもおかしくない災害などに備えて、夏頃に大地震を想定した住民避難訓練と、時期未定で弾道ミサイルを想定した訓練を実施することで、検討中です。

地震については、能登半島地震で不安を感じておられる方も少なくないと思いますが、本町は直下型地震が北海道で最も多発しています。昭和13年の屈斜路地震では家屋が多数倒壊し犠牲者が発生しました。今年1月13日に町内で震度4が観測されたのは記憶に新しいところです。また、千島海溝型大地震が発生した場合、津波は本町には到達しないと思われますが、震度5弱(未固定の家具が移動し、不安定だと倒れることがあります。)以上になることが予想されています。

次に、弾道ミサイルについては、地震などの自然災害よりも発射回数が多い反面、ミサイル発射を探知し、Jアラートなどでお知らせすることができず。ただし、発射の探知から着弾までは数分という短時間であるため、速やかで適切な対応をとることが必要となります。

災害などが発生したら、まず自分の身は自分で守るため、是非、これらの防災訓練にご参加ください。訓練の時期、場所などの内容を住民の皆さまと一緒に考えて実施したいので、個人でも自治会や職場単位でも、下記までお問合せください。

問い合わせ先／役場総務課防災情報係☎482-2912(課直通)

エコの
すすめ

COOL CHOICE

COOL CHOICE (クールチョイス)とは…
地球温暖化を防止するため、省エネ・低炭素型の「製品」「サービス」「行動」など、『賢い選択』をしていこうという国民運動です。

小さなことからコツコツと!!
環境に配慮した行動と選択の積み重ねが地球や家庭の「エコ」につながります。
そろそろ春の新生活に向けて、ご家庭で粗大ごみがでてくる頃ではないでしょうか。
「この機に捨ててしまいたいけど、出し方がわからない…」と思っている方、今月号では
普段捨てる機会の少ない粗大ごみの捨て方を改めてご紹介します!

粗大ごみの出し方

①自分で搬入
ご自身で、町廃棄物処理施設(美留和处理場)まで搬入する方法
【手数料/10kgあたり96円(税別)】
●営業日 月～金曜日(祝祭日を含む) 9～16時まで
土曜日・第2・4日曜日 9～12時まで
※5～6月の日曜日は第1・第5日曜も開場しております。

②電話による引き取り依頼
事前に役場環境生活課まで電話で予約し、引き取る方法。
【手数料:10kgあたり210円(税別)】
●引き取り日:月曜日～金曜日(平日のみ)

②電話による引き取り依頼をする際の注意事項!!

・粗大ごみの内容(種類・数量・サイズ等)を必ず役場担当者へお伝えください。
・引き取りの際には粗大ごみを外に出してください。
・ご希望の日時に沿えない場合もございます。1週間程度、余裕をもってご予約ください。

なお、テレビ、冷蔵庫、冷凍庫、洗濯機、エアコン、衣類乾燥機の6品目は町で回収していません。
購入いただいたお店や町内の電気店に処分を依頼して下さい。

問い合わせ先／役場環境生活課環境係☎482-2934(課直通)

5 広報てしかが 2024.3

広報てしかが 2024.3 4