

かめやまげんきっこ育成事業 第3回運動あそび講座

亀山子育て支援センター
 (あいあい ☎84-3314)

1歳～3歳の幼児期は、親子で体を動かして遊ぶことが、心身の健全な成長にとって大切です。お子さんと運動あそびを通じて、楽しいひとときを過ごしませんか？

とき 11月14日(土)

①午前9時45分～10時30分
 (1歳～1歳11カ月が対象)

②午前11時～11時45分
 (2歳～2歳11カ月が対象)

ところ あいあい2階教養娯楽室

内容 親子のふれあいあそび、運動あそび

講師 乳幼児運動指導者、子育てアドバイザー(元NHK教育テレビ「育児カレンダー」運動あそび担当) 小峯弘子さん

対象者 市内在住の1歳～2歳11カ月の幼児とその保護者(親子で参加)

定員 各回30組(先着順)

参加費 無料

申込期限 11月2日(月)

申込方法 亀山子育て支援センターへ電話または直接お申し込みください。

※対象年齢外のお子さんの託児を希望する人は、申し込み時にお知らせください。

初心者向けトレーニング講習会

東野公園体育館(☎83-1888)

トレーニング機器の説明やお悩みに応じたトレーニング方法をアドバイスします。

とき 10月29日(木)

午前9時～正午

ところ 東野公園体育館トレーニング室

対象者 18歳以上の人

定員 20人(先着順)

参加費 100円

持ち物など 体育館シューズ、飲

み物、タオル、動きやすい服装
 申込方法 参加費を持参の上、東野公園体育館へ直接お申し込みください。

ノルディックウォーキング体験会

東野公園体育館(☎83-1888)

ノルディックウォーキング用のポールを使い、ストレッチや基本の歩き方の体験会を開催します。

とき 11月28日(土)

午前9時30分～正午

※雨天時は翌日29日(日)に延期

ところ 東野公園内

対象者 18歳以上の人

定員 30人(先着順)

参加費 500円(貸出ポール代、スポーツ保険料含む)

持ち物など 飲み物、タオル、動きやすい服装、歩きやすい靴

申込方法 参加費を持参の上、東野公園体育館へ直接お申し込みください。



●西野公園体育館 (☎82-1144)

曜日	午前	午後	夜間
月			テニス
火			バドミントン
水	卓球		バスケットボール ハンドボール
木	バドミントン		バドミントン
金	バスケットボール		卓球、バドミントン
土	ソフトバレー		卓球、バドミントン
日			バスケットボール

個人使用デー 11月9日(月)～13日(金)

●東野公園体育館 (☎83-1888)

曜日	午前	午後	夜間
月			卓球、ニュースポーツ、バドミントン
火	卓球		バドミントン ソフトバレー
水	バドミントン		バスケットボール
木	バスケットボール		バスケットボール バレーボール
金	ソフトバレー		卓球、バドミントン
土	ニュースポーツ		バスケットボール
日	バレーボール		卓球、バドミントン

個人使用デー 11月16日(月)～20日(金)

●関B&G海洋センター (☎96-1010)

体育館 曜日ごとの競技種目の限定はありません。

個人使用デー 毎週水曜日

プール スイミングキャップの着用をお願いします(貸し出しは行っていません)。小学3年生以下の児童が泳ぐ時は保護者の付き添いが必要です。

個人使用デーは、団体の専用予約が入りません。それ以外の日は、専用予約が入ると個人使用ができませんので、事前に各施設へお問い合わせください。

<施設利用時間>

午前	9:00～12:30 (12:00)
午後	13:00～17:30 (17:00)
夜間	18:00～21:30

※()は関B&G海洋センターのプール

<施設利用料金>

一般	100円 (200円)
中学生以下	50円 (無料)

※()は関B&G海洋センターのプール