



5月31日は世界禁煙デー

～ 5月31日 - 6月6日は「禁煙週間です」～
地域で分煙に取り組みましょう。



19年度の教室のご案内

「体力づくり」、「仲間づくり」、「ストレス解消」、「ダイエット」にと運動する目的はいろいろありますが、健康で長生きには運動が一番、そこで19年度は市内各体育館で下記内容の教室を実施します。

- ① **高齢者(概ね50才以上)の軽スポーツ教室**
無理なく体を動かし筋肉やバランスを保つ運動をした後、レクリエーションスポーツで心も身体もリフレッシュしましょう。
- ② **親子の体操教室**
未就園児とその保護者対象にいろいろなことにチャレンジします。
忍耐強くチャレンジする子どもの姿に成長を感じることでしょう。
- ③ **成人(夜間)の教室**
昼間は仕事で運動不足という方を対象にバランスボールやストレッチ体操、リズムウォーキングを実施し

ます。仲間とわいわいお話ししながらストレスを解消しましょう。
以上の教室を水口、土山、信楽の体育館で実施します。

詳細、申し込みは、6月1日号「あいこうか」をご覧ください。

問・申…生涯スポーツ課
☎86-8023 ☎86-8380

みなくち子どもの森 しぜん学習会 「骨を研究しよう」

今回は、動物の骨ホネや体のつくりについて、本物の骨の標本をさわって学びます。

日時／6月3日(日)
9:00～12:00(雨天決行)
集合場所／みなくち子どもの森自然館
2階講習室
対象／小学生以上 定員30名(先着順)
参加費／200円(資料代など)
申込方法／6月1日(金)までに、参加者全員の住所・氏名・年齢(子どもの学年)・電話番号を下記までご連絡ください(FAX申込は返信をもって受付とします)のでFAX番号を明記くだ

さい)。
問…みなくち子どもの森自然館
☎63-6712 ☎63-0466

NHKジュニアバレー ボール教室

—大林素子さんが熱血指導—

土山体育館では、開館1周年を記念してアトランタ五輪で活躍された女子バレーボールの大林素子さんをお招きし、市内中学バレーボール部を対象に指導していただきます。

期間／5月27日(日) 13:00～
場所／土山体育館
観覧申込／観覧を希望される方は、入場整理券をお渡ししますので土山体育館までお越しください。

先着250名でお一人様3枚までとします。電話・ファックス等での申し込みはできません。

問…土山体育館
☎66-0091
☎66-1603
生涯スポーツ課 ☎86-8023
☎86-8380

親子プレイステーション事業

水口子育て広場 おしゃべりサロン

開催時間 10:00～12:00

⑥月の開催予定日

- 5日(火) 水口中央公民館
ベビーマッサージ講座
定員／15組(先着順)要申込
対象／7か月未満児とその保護者
- 7日(木) 甲賀広域行政組合
水口消防署
親子レスキュー講座～消防署見学～
- 14日(木) 岩上公民館
「子育てに音楽を」ミニコンサート
- 21日(木) 貴生川公民館
親子で楽しむ季節行事～七夕～
- 26日(火) 柏木公民館
ふれあいおはなし講座①
- 28日(木) 伴谷公民館
親子で楽しむ季節行事～七夕～

問…生涯学習課 青少年対策室
☎86-8022 ☎86-8380

～6月の行事予定～

信楽親子 プレイステーション (スマイルキッズ)

開催時間 10:00～12:00

⑥月の開催予定日

- 1日(金) 信楽中央公民館
アートバルーン
- 8日(金) 信楽中央公民館
雨の中の散歩
- 15日(金) 信楽中央公民館
折り紙でつくる万華鏡
- 22日(金) 信楽中央公民館
子どもの交通安全
- 29日(金) 信楽中央公民館
七夕かざり作り

問…信楽中央公民館
☎82-8075 ☎82-2463

甲賀親子 プレイステーション

開催時間 10:00～12:00

⑥月の開催予定日

- ホッとスペース
- 4日(月) 甲賀町佐山荘
- 18日(月) 上野教育集会所
あそぼう広場
- 6日・13日・20日・27日(毎週水曜日)
※開催場所 にんくる児童館

問…かふか生涯学習館
☎88-4100 ☎88-5055

※参加対象は市内の未就学児とその保護者の方です。(どの会場でも参加いただけます)

※行事予定の詳しい内容については、市教育委員会生涯学習課のホームページをご覧ください。各担当にお問い合わせください。