

Enjoy Swimming Life ~水泳で健康促進・体力向上~ 市内各地プール開放のお知らせ

市では、市民の健康促進・体力向上と水泳の振興を目的として、市内各所のプールを下記の期間で開放します。プール利用は、ルールを守って利用しましょう。

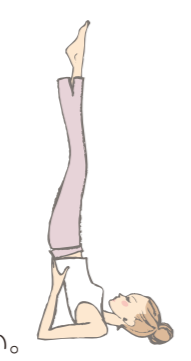
施設名	開放期間	開放時間	利用料金	休館日	お問い合わせ
加津佐B&G海洋センタープール	6月12日(日)~9月11日(日) 7月1日(金)~8月31日(水)	10:00~17:00 18:30~21:30	大人1回...100円 小人(中学生以下)...無料	毎週月曜日 祝日の翌日 ※毎週木・日曜日の夜間開放はありません。	加津佐町海洋センター ☎0957(87)5018
口之津プール	6月15日(水)~9月14日(水) 7月21日(木)~8月31日(水)	10:00~17:00 18:00~21:00	大人1回...100円 小人(3歳以上中学生以下)1回...50円	毎週月曜日	口之津教育振興班 ☎050(3381)5184
南有馬運動公園プール	6月12日(日)~9月11日(日)	10:00~20:00	大人1回...100円 小人(3歳以上中学生以下)1回...50円	毎週月曜日	スポーツ振興課 ☎050(3381)5084
西有家B&G海洋センタープール	7月21日(木)~8月31日(水)	10:00~17:00	大人1回...100円 小人(中学生以下)...無料	毎週日曜日 祝日	西有家教育振興班 ☎050(3381)5154
西有家中学校プール	7月21日(木)~8月31日(水)	10:00~17:00	大人1回...100円 小人(中学生以下)...無料		
布津小学校プール	7月1日(金)~8月28日(日)	19:00~21:00	大人1回...100円	毎週月曜日	布津教育振興班 ☎050(3381)5134

女性講座 ピラティス教室

☎: 教育委員会 生涯学習課
☎050(3381)5082
E-mail: gakushuu@city.minamishimabara.lg.jp

健康で美しい体づくりのために、正しい呼吸法と基本のしなやかな動作を学んで、疲れた心と体を癒しましょう。

- 講師: マットピラティスインストラクター
- 📅 7月4日(月)~8月8日(月) (全6回)
午後1時30分~(1時間半程度)
- 📍 ありえコレジヨホール
- 👤 15人程度 (応募者多数の場合は抽選)
- 👤 市内に在住または勤務する成人者
- 📄 無料
- 持参品: タオル、飲料水
- 📅 6月24日(金)
- ☑ 電話、メールで申し込んでください。



放課後子ども教室推進事業 「寺子屋21」が6月スタート

☎: 教育委員会 生涯学習課
☎050(3381)5082

「寺子屋21」前期教室が6月から始まります。地域の皆さんの協力を得て、子どもたちに勉強やスポーツ・文化活動、地域住民との交流など、さまざまな体験活動を行っています。

- 📅 前期: 6月4日(土)~9月 (放課後や週末など)
- 📍 市内の学校や公民館など



(平成22年度) 口之津生け花教室の様子

口加高校成人大学講座 受講生募集 ~人生を豊かに~

☎ 長崎県立口加高等学校 成人大学事務局 教務部(代表:井手克宏) ☎0957(86)2180

口加高校では、学校の持つ機能や施設を広く地域社会に開放し、地域の学習要求に応えるよう成人大学講座を開講します。口加高校の先生を講師に、多彩な講義が行われます。皆さんお誘い合わせの上、受講ください。

募集要項(共通)

- 👤 成人男女(年齢不問)
- 📍 口加高等学校
- 👤 アラカルトコース...50人
水彩画コース...30人
(前期15人・後期15人)
- 📄 無料(材料費が別途必要)

水彩画コース(全4回 土曜日開催)

- 期 間/前後期それぞれ全4回
前 期...6月18日・25日・7月9日・16日
後 期...10月8日・15日・22日・29日
- 材料費/1,500円(前後期とも第2回で徴収)
- 準備品/水彩絵の具(12色以上)
筆3本(大・中・小)程度、パレット、雑巾
- 📅 10:00~12:00(2時間)
- ☑ 口加高校に直接電話で申し込んでください。
成人大学事務局 ☎0957(86)2180
※定員を超えた場合は抽選の上、連絡します。
- 📅 申込期間...6月7日(火)・9日(木)・10日(金)

アラカルトコース(全10回 木曜日開催)

開催日	実施内容
第1回 6月16日	異文化を知ろう
第2回 6月23日	歌唱・簡単な楽典を楽しもう
第3回 7月14日	林田真那美の フィジカルエクササイズ3
第4回 7月28日	楽しい化学実験
第5回 8月18日	フェルティングニードルで 手芸を楽しむ
第6回 8月25日	源氏物語の恋について
第7回 9月15日	数学を楽しもう
第8回 9月29日	簡単手作りお菓子
第9回 10月13日	長崎県内の遺産
第10回 10月27日	世界情勢どうなっているの?

- ※希望する講座のみの受講も可能です。
- 材料費/500円(第5回)、400円(第8回)
- 準備品/体操ができる服装(第2回)
運動しやすい服装と体育館シューズ(第3回)
エプロン・三角巾(第8回)
- 📅 午後7:30~9:30(2時間)
- ☑ 生涯学習課に電話で申し込んでください。
- ☎ 生涯学習課 ☎050(3381)5082
- 📅 申込期間...6月1日(水)~10日(金)

もしもに備える 「わが家の防災セミナー」

☎ 教育委員会 生涯学習課 ☎050(3381)5082
Eメール: gakushuu@city.minamishimabara.lg.jp

災害が発生したときに慌てないよう、基礎知識を学び、自分でできる防災の備えについて考えましょう。
南島原消防署の見学や消火器の消火訓練、非常持ち出し袋の点検などを体験して、「もしも」に備えましょう。

- 講師: 南島原消防署員 外
- 📅 1回目: 7月5日(火)、2回目: 7月12日(火)
午後1時30分~(2時間程度)全2回
- 📍 1回目: 南島原消防署
2回目: 西有家総合学習センター
- 👤 25人程度 (応募者多数の場合は抽選)
- 👤 市内に在住または勤務する成人者
- 📄 無料
- 持参品: タオル、飲料水、帽子、運動靴
- 📅 6月24日(金)
- ☑ 電話、メールで申し込んでください。

