



# 令和元年度 町民大学 町営温水プール「ビーバー」講座(後期)受講生募集!

「町民大学入学申込書」にご記入の上、入学登録料及び受講料を添えて、お申し込みください。

区分	内容	町民	町民以外
入学登録料	町民大学を受講する全ての方 ※ 親子対象の講座は、保護者のみ登録になります。	年間 <b>500円</b>	年間 <b>3,500円</b>
受講料	受講する講座ごと ※ 中学生以下及び75歳以上(今年度中に満75歳になる方を含む)の町民の方は、免除します。	1講座 <b>600円</b>	1講座 <b>600円</b>

※受講の際は、上記のほかに別途入館料がその都度必要です。

## ＜申込期間＞ 7月22日(月)～7月27日(土)

★同じ講座で複数の曜日に申し込む場合は、それぞれに受講料がかかります。申込期間中(7月22日(月)～7月27日(土))、幼児講座とジュニア講座は、複数の講座・曜日を申し込めませんのでご確認下さい。申込期間後に定員に達していない講座は、8月5日(月)より複数の曜日の申込を受け付けます。

受付会場	期間	時間	その他
役場屈足支所	7/20(金)～	8:30～17:15	月～金(土日祝日を除く)の受け付けとなります。町外の方は申し込みができません。
町営温水プール	7/22(月)～	10:00～20:30	土日祝日も受け付けます。日・祝日は17:30までです。

※水泳講座は町公民館では受け付けしていません

### ＜町外の方のお申し込みについて＞

- 町外の方は24日(水)からの受け付けとなります。
- 町外の方は、手続きにお越しいただいた本人または家族の申込書のみ受け付けます。友人や知人の方が持参した申込書は受け付けできませんのでご了承ください。

### ＜幼児講座とジュニア講座について＞

- 上記申込期間中に抽選券をお配りいたします。定員より申込が多い講座は、こちらで抽選いたします。抽選結果については、7月29日(月)からプールにて掲示いたします。申込については、8月5日(月)より受付いたします。

### ＜町民大学傷害保険＞

- 万が一の事故に備え、「町民大学傷害保険(スポーツ安全保険)」に加入することをお勧めしております。講座の受講申し込みとともに各窓口で手続きができますので、ぜひご検討下さい。

### ＜その他＞

- 「町税の滞納に対する特別措置に関する条例」に基づき、申込者(納税義務者)の納税状況を確認させていただいております。万が一、滞納がある場合は、入学登録ができませんので、あらかじめご了承ください。署名欄は必ず申込者本人が記入してください。

### ＜お問い合わせ先＞

- 町営温水プール「ビーバー」 TEL69-5161

## 町営温水プール ビーバー 講座 受講生募集!

- ★ 同じ講座で複数の曜日に申し込む場合は、それぞれに受講料がかかります。7月20日から7月26日まででは幼児の受講者は、複数の講座・曜日を申し込めませんのでご確認ください。申込期間後に定員に達していない講座と、複数の曜日の申し込みは7月27日から受け付けます。
- ★ 今回の申し込みは、後期分です。期間は、8月～10月（各9回）。  
※月曜日の講座については、各8回で実施します。
- ★ 町民大学受講の際、その都度、別途入館料がかかります。

## ジュニア講座

### ジュニア水泳

月 水 金

<レベル> ★ ~ ★★

泳ぎの基本を身につけ、丈夫な身体づくりと水泳技術の習得を目標に練習します。初心者からクロール・背泳ぎまでのクラス分けで、レベルにあった練習をします。  
(※この時間は、平泳ぎ・バタフライは練習しません)

【対象】 小学生と、けのびキックのできる年長児（※年長児の定員は各曜日5名）

◆月曜日の部（全8回）

【時間】午後4時15分～午後5時 【定員】60名 【開講日】8月20日（月）

◆水曜日の部（全9回）

【時間】午後4時15分～午後5時 【定員】60名 【開講日】8月22日（水）

◆金曜日の部（全9回）

【時間】午後4時15分～午後5時 【定員】60名 【開講日】8月24日（金）

※年長児は7月20日～7月26日の期間は複数の講座・曜日を申し込むことはできません。

### 小学生チャレンジスイム

月 金

<レベル> ★★ ~ ★★★★★

ジュニア水泳修了者のさらなる泳力向上を目標に練習します。平泳ぎとバタフライを集中的に練習します。

【対象】 小学生



◆月曜日の部（全8回）

【時間】午後5時～午後5時45分 【定員】30名 【開講日】8月20日（月）

◆金曜日の部（全9回）

【時間】午後5時～午後5時45分 【定員】30名 【開講日】8月24日（金）

### 小学生水中スポーツ

水

<レベル> ★ ☆

プールで楽しい遊びを考え、水中バスケットやミニバレーなどを楽しみましょう。

【対象】 小学生

◆水曜日の部（全9回）

【時間】午後5時～午後5時45分 【定員】30名 【開講日】8月22日（水）

# 親子・幼児講座

## 親子ベビー **水**

<レベル>



親子のスキンシップを楽しみましょう。お父さんの参加も大歓迎です。

【対象】 生後4ヵ月から3歳未満の子と親

◆水曜日の部（全9回）

【時間】午前11時15分～正午 【定員】20組 【開講日】8月22日（水）



## きんぎょ **月水**

<レベル>



励ましほめるグループ指導の中で自然に協調性が育ちます。集団の中でも泣かないでできるようにする親離れと水遊びが中心です。

【対象】 平成27年4月2日から平成28年4月1日までに生まれた子

◆月曜日の部（全8回）

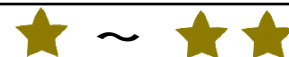
【時間】午後2時15分～午後3時 【定員】12名 【開講日】8月20日（月）

◆水曜日の部（全9回）

【時間】午後2時15分～午後3時 【定員】12名 【開講日】8月22日（水）

## 幼児めだか **月水金**

<レベル>



楽しくできる練習で水に慣れることから始めます。水遊び、もぐる、バタ足、水かき、呼吸法までの泳ぎの基本を身につけます。

【対象】 平成24年4月2日から平成27年4月1日までに生まれた子

◆月曜日の部（全8回）

【時間】午後3時～午後3時50分 【定員】30名 【開講日】8月20日（月）

◆水曜日の部（全9回）

【時間】午後3時～午後3時50分 【定員】30名 【開講日】8月22日（水）

◆金曜日の部（全9回）

【時間】午後3時～午後3時50分 【定員】30名 【開講日】8月24日（金）

## 幼児あんこう **木土**

<レベル>



めだかの夕方コースです。昼間、保育所に通っている子などに最適です。

【対象】 平成24年4月2日から平成27年4月1日までに生まれた子

◆木曜日の部（全9回）

【時間】午後6時～午後6時50分 【定員】30名 【開講日】8月23日（木）

◆土曜日の部（全9回）

【時間】午後5時～午後5時50分 【定員】30名 【開講日】8月25日（土）

※ 幼児講座は、7月20日～7月26日の期間は、  
複数の講座・曜日を申し込むことができません

# 成人講座

## 成人水泳ビギナー

月 金 土

<レベル>



息つきなど基本練習を中心に練習します。水泳に自信のない方、初めての方、健康のために泳ぎを始めた方に最適です。

【対象】 成人

◆月曜日の部（全8回）

【時間】午前11時～午前11時50分 【定員】10名 【開講日】8月20日（月）

◆金曜日の部（全9回）

【時間】午後8時～午後8時50分 【定員】10名 【開講日】8月24日（金）

◆土曜日の部（全9回）

【時間】午前10時～午前10時50分 【定員】10名 【開講日】8月25日（土）

## 成人水泳ビューティフル

月 土

<レベル>



よりキレイに気持ちよく泳ぐために、泳ぎのフォーム矯正を中心に練習します。  
（※クロールでおおむね25m泳げる方が対象です）

【対象】 成人



◆月曜日の部（全8回） ※2クラスに分けます

【時間】午後7時30分～午後8時20分 【定員】20名 【開講日】8月20日（月）

◆土曜日の部（全9回）

【時間】午前11時～午前11時50分 【定員】20名 【開講日】8月25日（土）

## トレーニングスイム 木

<レベル>



体力に応じた内容で、泳力向上を目指し水泳トレーニングをします。  
（※4種目を25m泳げる方が対象です）

【対象】 高校生以上

◆木曜日の部（全9回）

【時間】午後7時30分～午後8時20分 【定員】10名 【開講日】8月23日（木）

## 成人水泳ビギナープラス 水 木

<レベル>



4種目を練習しますが、特に平泳ぎとバタフライの基本習得を目指します。  
（※クロールの息つきができる方が対象です）

【対象】 成人



◆水曜日の部（全9回）

【時間】午後7時30分～午後8時20分 【定員】10名 【開講日】8月22日（水）

◆木曜日の部（全9回）

【時間】午後2時～午後2時50分 【定員】10名 【開講日】8月23日（木）

# 成人講座

## エンジョイスイム



<レベル>



仲間と親睦を深め、生涯スポーツとして無理なく、向上心をもって泳ぎを楽しみましょう。室内で体操も行いますので、動きやすい服装でご来館ください。

【対象】 成人

◆水曜日の部（全9回）

【時間】午前9時50分～午前10時50分 【定員】20名 【開講日】8月22日（水）

◆木曜日の部（全9回）

【時間】午前12時50分～午後1時50分 【定員】20名 【開講日】8月23日（木）

◆金曜日の部（全9回）

【時間】午前9時50分～午前10時50分 【定員】20名 【開講日】8月24日（金）

## レディーススイム



<レベル>



女性限定のレッスンです。息つきなどの基本からはじめて楽しくレベルアップを目指しましょう。

【対象】 成人（女性のみ）

◆金曜日の部（全9回）

【時間】午前11時～午前11時50分 【定員】15名 【開講日】8月24日（金）

## 健康水中運動



<レベル>



正しい水中歩行、バランスの取り方など、基本となる水中運動を行います。プールがはじめての方や水中運動で体調を整えたい方に最適です。

【対象】 成人

◆木曜日の部（全9回）

【時間】午前11時～午前11時45分 【定員】30名 【開講日】8月23日（木）

◆土曜日の部（全9回）

【時間】午後1時15分～午後2時 【定員】30名 【開講日】8月25日（土）



## かんたん水中エクササイズ



<レベル>



リズムに合わせて楽しく水中運動を行います。体力に自信のない方でも、気分転換に適度な運動をして、身体と心のリフレッシュできます。

【対象】 成人

◆金曜日の部（全9回）

【時間】午後7時15分～午後8時 【定員】30名 【開講日】8月24日（金）

# シニア講座

## シニアビギナースイム **土**

<レベル>



息つきなど基本練習を中心に練習します。はじめての方、水泳に自信のない方、健康のために泳ぎをはじめたい方向きです。

【対象】 おおむね55歳以上

◆土曜日の部（全9回）

【時間】午後2時～午後2時50分 【定員】10名 【開講日】8月25日（土）

## シニアコンディショニングスイム **月**

<レベル>



日常生活における、からだの状態を整えるため、ストレッチ・水中歩行・初歩の水泳を行います。プールになれていただくのに最適です。室内で体操も行いますので、動きやすい服装でご来館ください。

【対象】 おおむね55歳以上

◆月曜日の部（全8回）

【時間】午前9時50分～午前10時50分 【定員】10名 【開講日】8月20日（月）



## ★町民大学短期講座(水泳)のお知らせ★



講座名	日にち	時間	対象	定員
親子ベビー	7月31日(火) 8月3日(金)	午後1時15分～ 午後2時00分	4か月頃～3歳対象	10組
年少幼児	7月31日(火) 8月2日(木)	午後2時00分～ 午後2時45分	年少(幼児)対象	5名
年中/年長幼児	7月30日(月)・31日(火) 8月1日(水)・3日(金)	午後3時00分～ 午後4時00分	年中～年長(幼児)対象	10名
小学生クロール/背泳ぎ	7月30日(月)・31日(火) 8月1日(水)・3日(金)	午後4時00分～ 午後5時00分	小学生対象	15名
成人 初心者	7月30日(月) 8月1日(水)	午後2時00分～ 午後3時00分	成人対象	8名
成人 平泳ぎ/バタフライ	8月2日(木)	午後1時00分～ 午後2時00分	成人対象	8名
	8月3日(金)	午後2時00分～ 午後3時00分		
成人 水中運動	7月30日(月) 8月1日(水)	午後1時00分～ 午後1時45分	成人対象	15名
たなばた祭り	7月26日(木)	午前9時40分～ 午後2時00分	幼児(保護者同伴) ～小学生対象	60名

◆申し込みは、7月9日（月）からピーバーで受け付けます。（電話可）

◆下記講座は事前申し込みの必要はありません。開講時間中にご来館ください。

講座名	日にち	時間	対象	定員
ワンポイント・レッスン	7月8日(日)～ 8月5日(日)※毎週日曜日	午前10時00分～ 午前11時00分	中学生対象	なし
プール遊びの日	7月16日(月) 7月8日(日)～ 8月5日(日)※毎週日曜日	午前10時00分～ 午後3時00分	幼児（保護者同伴）	なし

◆短期講座は受講料無料ですが、プール使用料金はかかりますのでご了承願います。

# 大人向け講座

## 絵手紙教室



描いて楽しい、もらってうれしい、絵手紙の教室を開講します。

初心者の方も、経験者の方も、世界にひとつだけの絵手紙作りにチャレンジしてみませんか？

【会場】町公民館 図書室

【開講日・回数】9月7日、10月5日、11月2日、12月7日、12月21日、1月11日、  
2月1日、3月1日 全8回 【対象・定員】成人・10名

【時間】10:00~12:00 【講師】上村 啓子（日本絵手紙協会公認講師）

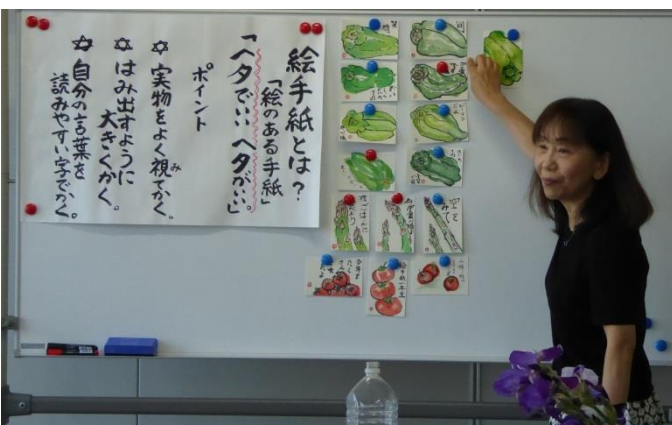
※材料費が別途かかる場合があります。

### ■□絵手紙教室お試し講座の様子（6月6日（水）開催）□■

6月6日（水）、上村先生をお招きして、絵手紙体験講座を開催し、町内外8名の方が受講しました。はじめての方が多い中、基本の線の描き方から学び、さっそくお題の「ピーマン」にとりかかります。



最初はおしゃべりしながら取り組んでいたものの、気づけば全員真剣なまなざし。先生にアドバイスを受けながら、思い思いに取り組めます。



8人受講生がいれば、作品も8通り。同じ題材でも、それぞれの個性が光ります。絵筆に慣れてきたところで、トマトやアスパラ、ショウブ（花）などにチャレンジしました。

# 町民大学 マイプラン講座

「こんな事を体験してみたい」・「あんな事を学んでみたい」・・・そんな考えが頭に浮かんだことはありませんか？ そんな時、ぜひ活用していただきたいのが、「町民大学マイプラン講座」！  
「講師への謝礼は町がお支払い」・「町有施設は使用料が無料に」など、大変便利。少しでも気になった方は、お気軽にお問い合わせください。

## ～マイプラン講座 ご利用の流れ～

- ① 5人以上の団体であればだれでもOK！  
・町内に在住または勤務する方が対象です。

- ②申請の前に、講座の内容を決める。  
・料理教室・講演会・体操教室など、基本的に自由です。  
・会場は原則町内とします。

- ③申請書を教育委員会に提出する。  
・申請は開催日の20日前までをお願いします。  
申請書は公民館にあります。

- ～教育委員会でお手伝いできること～  
・講師探しのお手伝い ・講師との連絡や日程調整  
・講座で使う資料の印刷

- ④マイプラン講座 開講！  
・運営や進行などは、申請者に行っていただきます。  
・講座の様子を撮影してもらう場合があります。  
※施設使用料や材料費が発生する場合は、申請者に負担していただきます。

- ⑤教育委員会に報告書を提出する。  
・講座の様子や参加人数などを記入していただきます。

ひとくちにマイプラン講座といっても、講座内容はさまざま。

昨年度は、帯広でカフェを経営している佐々木夏菜子先生をお招きして、おしゃれカフェランチ作りをしたり、町保健師による冬の健康作り教室で、運動不足解消に取り組んだりしました。

皆さんの興味のある分野を教えてください。社会教育課が、講師探しをお手伝いさせていただきます。

## 平成29年度開講例



▲フェルティングニードル教室



▲おしゃれカフェランチ講習



▲冬の健康作り教室

(担当・お問い合わせ：社会教育課社会教育係 64-0532)