

平成23年度出石B&G海洋  
センター水泳教室会員募集  
☎5215511

<水泳教室の対象・内容>

- ラッコ(生後6カ月～4歳) 乳幼児と保護者を対象に、安心して水と遊ぶ楽しさを覚え、丈夫な体をつくります。
- あひる(2歳～4歳) 水遊びを中心とし「水が大好きになる」ことをテーマに、同年齢の子どもとの遊びを体験します。
- ペンギン(3歳～6歳)
- メダカ(4歳～6歳) この時期の成長に合わせ水に慣れることから水泳の基本を段階的に優しく指導します。
- ジュニアI(5歳～小学3年生)
- ジュニアII(小・中学生) 身体の成長期に無理なく4泳法を習得します。その中で上達の喜び、困難を乗り越える強い心を育てます。
- いるか(小・中学生) 4泳法の上達をめざすコースです。より速くよりきれいに泳ぎ、タイムアップを目指します。
- くじら(小・中学生) 水慣れから始め、楽しく泳法を習得します。
- スイミング 泳げるようになりたい!きれいに泳ぎたい!ストレス解消!運動不足解消!健康と体力増進をお手伝いします。
- らくらくウォーキング
- ジョイフルウォーキング 腰痛や膝痛、生活習慣病の改善・予防に最適と、その効果が注目されている水中運動。音楽に合わせて無理なく全身を使い、さまざまな要素を取り入れたレッスンをします。
- アクア&スイム アクアビクスとスイミングのミックスプログラムです。
- アクアビクス 音楽・リズムに合わせて一緒に楽しく水中運動。体力アップ・運動不足の解消に最適です。

※親子：乳幼児1人と保護者1人  
※高齢者：65歳以上  
※子ども：中学生以下

<料金表>

区分	子ども 高齢者	大人・親子
入会金	1,000円	
年会費	1,000円	
週1回(月額)	3,500円	4,000円
週2回(月額)	5,000円	6,000円
週3回(月額)	6,000円	7,000円

<時間割>

	火	水	木	金	土
10:30	スイミング	らくらくウォーキング	ラッコ&あひる ----- アクア&スイム	ジョイフルウォーキング	ラッコ&あひる ----- アクア&スイム
13:30	ジョイフルウォーキング	スイミング	らくらくウォーキング	らくらくウォーキング	ペンギン
15:30	ペンギン	ペンギン	—	ペンギン	ペンギン
16:30	ジュニアI	ジュニアI	ジュニアI	ジュニアI	ジュニアI
17:30	メダカ ----- ジュニアII	ジュニアII	メダカ ----- ジュニアII	ジュニアII	ジュニアII
18:30	いるか ----- くじら	いるか	くじら	いるか	いるか ----- スイミング
20:30 (19:30)	ウォーキング	ジョイフルウォーキング	スイミング	アクアビクス	—

※( )は冬期時間(12月～3月)です。

豊岡市少年少女音楽隊  
隊員募集

- ▽対象 小学生
- ▽練習日
  - ・合唱隊・弦楽アンサンブル隊：毎週土曜日午後2時～
  - ・吹奏楽隊：毎週日曜日午前9時30分～
- ▽練習場所 豊岡小学校(中央町)
- ▽会費 月額800円
- ▽申込期間 随時申し込みください。
- ▽その他 練習の見学可
- ▽申込み・問合せ 豊岡市少年少女音楽隊事務局 磯哲郎さん ☎2216886

豊岡ジュニアクラブ  
平成23年度会員募集

- 小学生を対象とした卓球教室の会員を募集します。
- ▽日時 毎週水・木曜日午後6時30分～8時30分
- ▽場所 市民体育館(立野町)
- ▽会費 年額6500円
- ▽その他 保護者が送迎ください。
- ▽申込み・問合せ 豊岡ジュニアクラブ 上倉貞実さん ☎090-158517922

## 豊岡市少林寺拳法協会

### 会員募集

▽対象 小学生以上の方(年齢、性別は問いません)。

※練習日時や場所は、各地区少林寺拳法協会にて異なりますので、詳細は、各協会責任者に問い合わせください。見学も随時受け付けています。

▽申込み・問合せ 豊岡少林寺拳法協会 松田省吾さん

☎090-3335216479

日高町少林寺拳法協会 長谷 勉さん

☎090-882510711

出石町少林寺拳法協会 栗田晋作さん ☎52-2189

## 講座・教室



### 「コウノトリ市民研究所」

#### 「田んぼの学校」

田んぼやその周辺で遊んだり生きものの調査をします。昼は地元食材の鍋などを食べます。

▽日時・テーマ 毎月第3日

曜日の午前9時30分～正午

※雨天決行

期日	テーマ	期日	テーマ
4月17日	タンポポ探し、春の草を食べる	10月16日	秋の田んぼでアカトンボの調査
5月15日	田んぼでオタマ、タイコウチなどの調査	11月20日	里山で落ち葉集め、まき作り
6月19日	田んぼでトンボやカエル、メダカの調査	12月18日	木の実やつるや木切れで工作
7月17日	里山探検	1月15日	里山観察、足跡や野鳥など、雪遊び
8月21日	小川で魚取り	2月19日	冬の田んぼ、アカガエル調査
9月18日	あぜ道の生きもの、イナゴやバッタの調査	3月18日	自然を食べる会、ソバ打ちなど

▽集合場所 コウノトリ文化館(祥雲寺)

▽対象 どなたでも

※小学生以下は保護者同伴

▽参加費 子ども100円(傷害保険料など)

▽問合せ コウノトリ文化館

☎23-7750

### わくわくクッキング教室

#### ◆豊岡会場

▽日時 5月11日、25日、6

月8日、29日、7月13日の

いずれも水曜日午前9時45

## 平成23年度図書館古文書講座

▽日時 毎月第3日曜日(第

1回は4月17日(日)。平成

24年2月のみ12日(日)

・初級：午後1時20分～2時

50分

・中級：午後3時～4時30分

▽場所 図書館本館 2階

視聴覚講演室(京町)

分～午後0時15分(5回)

▽場所 ウェルストーク豊岡

1階 調理実習室(立野町)

#### ◆日高会場

▽日時 5月13日、27日、6

月10日、24日、7月8日の

いずれも金曜日午前9時45

分～午後0時15分(5回)

▽場所 日高農村環境改善セ

ンター 1階 調理実習室

(日高町国分寺)

……共通事項……

▽対象 3歳以上就学前の幼

児と保護者

▽内容 食育の話、調理実習

▽参加費 1回1組200円

▽定員 各会場12組(先着順)

▽申込期間 4月18日(月)～

5月6日(金)

▽申込み・問合せ 健康増進

課 ☎24-1127

## その他



### JR豊岡駅を利用の皆さんへお知らせ

JR豊岡駅前広場整備工事に伴い、駅前広場を封鎖するため、駅前広場内への車の進入ができなくなります。

JR豊岡駅を利用の皆さんには、大変迷惑をお掛けします。ご理解と協力をお願いします。

なお、工事期間中は、隣接のJR豊岡駅前駐車場を利用ください。30分未満の利用は無料です。

▽工事期間 4月1日(金)～平成24年3月31日(土)

▽問合せ 都市整備課計画整備係 ☎22-1880

▽対象 どなたでも

▽講師 地域史家 山口久喜さん

▽受講料 無料

▽その他

・申込みの際、初級・中級コースを指定ください。

・申込みは、随時受け付けます。

▽申込み・問合せ 図書館本

館 ☎23-6151