



②長期スイミングスクール（通年） 参加者募集



締切り 8月9日(日) 18:00まで
申込み ディスポート南魚沼に用意してある申込み用紙に必要事項を記入し、フロントに提出（電話での申込みはできません）
選考方法 8月11日(火) 19:00から泳力テストを行います。
 ※泳力テスト時の入場料は無料です

コース	期 間	日 程	対象・泳力	回 数	受講料	
					会 員	一 般
イルカ	<通年> 中期 9月～12月	木曜日 20:00～21:00	対象 小学生以上 泳力 2泳法で25m以上泳げること	(全26回) 中期 9月～12月 15回	新規 無料 JSC会員 5,250円	7,500円

③チャレンジ水泳教室 参加者募集

水中運動を通じて、心と体を動かしませんか。大会をめざす人も大歓迎。

期間 9月12日～10月31日 毎週土曜日
12:00～12:50（全8回）

対象 集団での受講が困難な人や障がいがある人
 ※障がいのある人は主治医から参加への同意が必要

内容

親子コース：3歳以上と保護者

子どもと保護者で水に慣れることや泳ぎの練習を行います。

個人コース：小学生以上

体力や泳力にあわせて水中運動や泳ぎ方を指導します。

定員 12組（先着順）

受講料

- ・会員 無料
- ・保護者が会員の幼児 1,000円
- ・一般 参加者の区分により
3,600円～4,600円

受付 8月1日(土) 9:00～

申込み ディスポートに設置の申込書に記入の上、料金を添えてフロントにお申し込みください。（電話での申込みはできません）

※詳しくは、申込書をご覧ください

①～③共通項目

- ◇保険料は、年会費・受講料に含まれています。（当該教室時のみ有効）
- ◇受講料のほかにプール入場料が別途必要。（お得な定期券もあります）
- ◇都合により、日程・回数・料金などが変更になる場合があります。
- ◇保護者が会員であれば、未就学児は、会員料金で利用できます。ディスポート定期券も、会員割引を適用します。
- ◇詳しい内容などは、お問い合わせください。

こころとくらしの総合相談会

【問合せ・申込み】南魚沼地域振興局 健康福祉環境部 地域保健課 ☎772-8137

「食欲がない・眠れない」「借金がふくらんで生活がままならない」「なかなか仕事が見つからない」「配偶者・子どもなど家族のことで悩んでいる」「介護のことで悩んでいる」などの悩みを持つ人とその家族を対象に、精神科の医師や弁護士、ハローワーク職員などの専門家が相談に応じます。ひとりで抱えず、お聴かせください。プライバシーは厳守します。

日時 9月30日(水) 午後2時～4時 **会場** 中央公民館〔市民会館内〕

費用 無料

申込み 事前に電話でご予約ください

締切り 9月18日(金)

※相談会は、10月2日(金)に魚沼市でも開催します。

南魚沼市の人でも利用可能です。

詳しくは、魚沼市市民相談センター(☎025-792-8844)にお問い合わせください

