



長期スイミングスクール（通年）参加者募集



**締切り** 12月8日(火) 21:00  
**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** 12月10日(木) 19:00から泳力テストを行います（入場料無料）

コース	期 間	開催曜日・時間	参加対象者	回 数	受講料	
					会 員	一 般
イルカ	〈通年〉 後期 1月～3月	木曜日 20:00～21:00	<b>年齢</b> 小学生以上 <b>泳力</b> 2泳法で25m以上泳げること	(全45回) 後期 1月～3月 全11回	<b>新規</b> 無料 <b>継続</b> 4,400円 <b>JSC会員</b> 3,850円	5,500円

- ・上記受講料のほかに、プール入場料が必要（お得な定期券あり）
- ・教室は、都合で日程・回数・料金などを変更する場合あり。教室の内容などは、スポパラ事務局まで

ディスポート南魚沼 トレーニングマシン使用法講習会

油圧抵抗式マシンの使い方説明会です。マシンは、どなたでも簡単に利用できます。

**日時** 12月13日(日) 12:00～13:30

**対象** 中学生以上

**定員** 6人（先着順）

**会場** ディスポート南魚沼1階  
トレーニングルーム

**受講料** 会員：無料、一般：200円

※施設利用料300円が別途必要です（定期券可）

**持ち物** 運動着、室内用シューズ、タオル、飲み物

**申込み** ディスポート南魚沼（電話申込み可）

第63回 雪譜まつり俳句大会作品募集

【問合せ・申込み】塩沢公民館  
☎782-0100

鈴木牧之の功績にちなんだ雪譜まつり俳句大会に参加してみませんか。  
小学生から高齢者まで、初参加も大歓迎です。ぜひ、ご参加ください。

**募集作品** 「冬季雑詠」2句1組(複数の応募も可)

**応募料** 1組1,000円

**応募方法** 大会要項による

**締切り** 12月24日(木)必着

※要項は塩沢公民館まで

**発表** 令和3年2月21日(日)

心豊かな子育て教室

【問合せ】社会教育課 生涯学習班  
☎773-6610

子育てのわ（輪・和・話）を広げよう。初めての人、里帰りの人、上の子を連れた人、おじいちゃん・おばあちゃんも大歓迎です。お住いの地域以外の会場にも参加できます。気軽にご参加ください。

冬の親子サロン 第1回

**日時** 12月18日(金) 午前10時～11時30分  
(受付：午前9時30分～)

**内容** 牛乳パックでクリスマスツリーを作ろう！

**参加費** 1人10円（保険料）

**対象** 0～4歳の乳幼児とその保護者など

**申込み** 不要。直接会場まで。

**会場** 市民会館2階 研修室・会議室

※水分補給ができる飲み物をお持ちください