

特別教育コース受講生募集

問・申 魚沼サンテックス
クール
☎772-4554
☎778-1158

フルハーネス墜落制止用器具

特別教育

日 1月26日(火)

講習時間 6時間

※申込者が少ない時は、開講できない場合があります。詳しくは、お問い合わせください

内臓脂肪量CT検査を実施しています

問・申 ゆきぐに大和病院 健友館
☎777-4477

自分の内臓脂肪量を測定し、健康状態を確認してみませんか。

内臓脂肪の増加は、高血圧・高血糖・脂質異常などを招き、動脈硬化を進め、心臓疾患や脳血管疾患などを引き起こす可能性があります。

結果はその場でわかり、看護師から数値の解説と生活習

慣改善の指導を受けることができます。ぜひ、お申し込みください。

期 1月20日(水)～3月24日(水)
(祝日を除く水・木曜日に実施)

時 午後2時～3時

定 5～10人/日

会 ゆきぐに大和病院 健友館

費 3,000円

心豊かな子育て教室

問 社会教育課 生涯学習班
☎773-6610

冬こそ元気に出かけよう！気軽にご参加ください。初めての人、里帰りの人、上の子を連れて来た人、おじいちゃん・おばあちゃんも大歓迎です。

第2回「親子サロン」

日 1月29日(金) 午前10時～11時30分(受付・午前9時30分)

会 婦人会館 研修室・会議室

(市民会館2階)

内 みーんなおいでよ！豆まきしよう

対 0～4歳の乳幼児とその保護者など

費 1人10円(保険料)

申 不要。直接会場まで。

持 水分補給のため、飲み物をご持参ください。

第15回南魚沼ジュニアスキー大会 出場者募集

問 生涯スポーツ課
☎773-6630

日 3月7日(日)

会 八海山麓スキー場

種 目 大回転競技

資 市内在住の小中学生

費 1人1,500円

期 2月12日(金)

組 別 (各男女別、全8組)

小学1～4年生の部

小学5年生の部

小学6年生の部

中学生の部

申 生涯スポーツ課、大和・塩沢公民館



2月 にここ広場

詳しくは、各施設にお問い合わせください

にここ広場は入園前のお友だちが対象です。

※新しい生活様式(マスク着用、検温や体調確認など)にご協力ください。来園時は来園者の検温と保護者のマスク着用にご協力ください

日	曜日	園名・電話番号	時間	内容
2	火	四十日 ☎776-3551	9:45～10:45	鬼のお面製作
4	木	宮 ☎774-2066		りす組さんと遊ぼう
5	金	上原 ☎775-2114		保育園で遊ぼう
9	火	三用 ☎779-3051		りす組と遊びましょう
10	水	あおば ☎775-2274		ひろーいホールで遊びましょう
17	水	五日町 ☎776-2155 上長崎 ☎782-1184	10:00～11:00	保育園で遊ぼう
18	木	石打 ☎783-3624	9:45～10:45	りす組と遊ぼう
24	水	藪神 ☎777-2331		ひな飾りを作ろう(閉級式)
25	木	赤石 ☎779-3008 牧之 ☎782-1746		保育園で遊ぼう りす組と遊ぼう