

コース	日にち	曜日	時間
フルハーネス型安全帯使用作業特別教育	10/8	火	講習時間6時間
スキーインストラクター向け英会話レッスン※	10/23~12/18(全9回)	水	18:30~20:20
第1種電気実技※	11/18~12/6(全9回)	月・木・金	18:30~21:20

※市の「中小企業研修受講料補助金」に該当

魚沼サテライトセンター10月・11月講座募集  
 問・申 魚沼サテライトセンター  
 クール  
 ☎772-4554  
 ☎778-1158

申込者が少ない場合は、開講できないことがあります。詳しくは、お問い合わせください。

心豊かな子育て教室  
 ～そだち学級～  
 問 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!気軽に参加ください。初めての人、里帰りの人、上の子連れの人、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。

大和地域 第2回  
 日 9月28日(土)

午前10時~11時30分  
 (受付:午前9時30分)

会 大和B&G海洋センター  
 体育館(天王町(浦佐))

内 ミニうんどうかい「大人も子どももヨイドン」

対 0~3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。  
 ※動きやすい服装でおこしください



## 南魚スポーツパラダイス

公益財団法人南魚沼市文化スポーツ振興公社 スポーツ振興係

〒949-6611 南魚沼市坂戸 372  
 ディスポート南魚沼内  
 スポパラ ☎773-3210  
 ディスポート ☎773-6620

### ディスポート南魚沼 施設利用のご案内

暑さが和らぎ体を動かすのに、ちょうどよい季節となってきました。ディスポートで気持ちのよい汗を流してみませんか?各種お得な定期券をご用意しています。フロントでお買い求めください。

施設	料金	営業時間
プール	高校生以下	300円/回
	一般	510円/回
	60歳以上	300円/回
火~土曜日	13:00~21:00	日曜日・祝日 10:00~16:00
トレーニングルーム (中学生以上利用可)	300円/回	
ランニングトラック	100円/回	火~土曜日 9:00~21:30 日曜日・祝日 9:00~17:00
アリーナ ※予約状況を確認し、 ご利用ください	1/4面	510円/時間
	半面	1,020円/時間
	全面	2,040円/時間
火~土曜日	9:00~21:30	日曜日・祝日 9:00~17:00
スラックラインパーク<屋外> (5歳(年長)児以上利用可)	300円/回	

※中学生以上は、利用料金300円/回でトレーニングルームとスラックラインパーク両方の施設を利用できます

### スラックライン無料講習会を開催

ベルトの上でバランスをとるスポーツ「スラックライン」の講習会を開催します。子どもも大人も大歓迎です。まずは、ベルトの上に、片足で立つ練習から始めてみましょう。

日 9月25日(水)、10月2日(水) 時 17:30~18:30 対 5歳(年長)児以上 定 各10人(先着)

費 無料 持 運動着、運動靴、タオル、飲み物 申 ディスポート南魚沼に電話でお申し込みください。

※雨天中止