◎７月開講一般スポーツ講習会受講生募集　☎751－5250

☆初めての方を対象とした講習会（対象：16歳以上の男女）

種　目	曜日	受講時間	回数	定員	受講料	受講期間
ゴルフ※1	土	午前11時15分～午後０時45分	8	26	7,200 (4,300)	7/27～9/28
卓球（入門）	金	午前９時～10時50分	10	30	4,100 (2,500)	7/19～9/27
バドミントン（入門）	火	午前９時～10時50分	10	30	4,100 (2,500)	7/23～10/1
テニス（入門）	木	午前９時～10時50分	10	20	6,200 (3,700)	7/18～9/26
	土	午前９時～10時50分				7/27～10/5

※１　ゴルフ講習会の対象は、初めての方からスコア100前後の方までです。

☆経験者を対象とした講習会（対象：16歳以上の男女）

種　目		曜日	受講時間	回数	定員	受講料	受講期間
レベルアップ・卓球		金	午前11時～午後０時50分	10	36	6,400 (3,800)	7/19～9/27
レベルアップ・バドミントン		火	午前11時～午後０時50分	10	36	6,400 (3,800)	7/23～10/1
レベルアップ・テニス	A	土	午前９時～10時50分	10	24	8,000 (4,800)	7/27～10/5
	B	土	午前11時～午後０時50分				
	C	木	午前11時～午後０時50分				7/18～9/26

☆フィットネス講習会（対象：16歳以上の男女）

種　目		曜日	受講時間	回数	定員	受講料	受講期間
健美操※2		水	午後１時～２時30分	10	30	5,100 (3,100)	7/17～9/25
ヨガ		水	午前10時～11時30分	10	30	5,100 (3,100)	7/17～9/25
リズム体操		金	午前10時～11時30分	10	30	5,100 (3,100)	7/19～9/27
ソフトエアロビクス	A	月	午前10時～11時30分	7	30	3,600 (2,200)	7/22～9/30
	B	月	午後７時～８時30分				
エアロビクス		土	午後６時30分～８時	10	30	5,100 (3,100)	7/27～10/5

※２　健美操（ケンビソウ）は中国の気功とエアロビクスの要素を取り入れた健康体操です。ゆっくりとした動きですので高齢者でも気軽に参加できます。

◆注　意　受講料のほかに毎回施設利用料がかかります（一般390円、高校生230円、高齢者130円）。

◆申　込　６月11日㈫～29日㈯の午前９時から午後８時30分までに、体育館窓口に直接または電話でお申し込みください。定員を超えた場合は６月30日㈰午後２時より抽選を行います。抽選結果の問い合わせは、午後３時以降に本人がお願いします。

◆その他　①受講料は保険料・消費税を含みます。②65歳以上の方、身体障害者の方は受講料が上記（　）内の金額となります。受講料納入の際に証明できるものをお持ちください。③受講が決定した方は７月10日㈬までに受講料納入などの手続きをしていただきます。④申込者が定員の半数以下の場合、開講を中止します。⑤日程についてはやむを得ず変更となる場合があります。

東区体育館から　☎(751)5250

■一般スポーツ講習会

左表により募集します。

■休館のお知らせ

７月８日㈪は、施設整備日のため利用できません。

学校プール日曜開放

日時７月７日～８月25日の間の日曜日（実施日は各校で異なります）。午前10時～正午。午後１時～３時。

対象小学生、付き添いのいる幼児（泳げない小学生には保護者が付き添えます）。

開放校［小学校］　北光、苗穂、美香保、元町、栄西、札幌、栄東、栄、札苗北、札苗、伏古、北園、開成、伏古北、東光、栄南、北、元町北、明園、栄緑、栄町、東苗穂、中沼、札苗緑、栄北。

［中学校］　東栄、丘珠。

詳細札幌市スポーツ振興事業団☎(530)5905

東区社会福祉協議会から　☎(741)6440

■在宅ボランティア講座（ホームヘルパー３級養成課程）

日時７月12日㈮、15日㈪、17日㈬、19日㈮、22日㈪、25日㈭、29日㈪、８月１日㈭、５日㈪、８日㈭（全10回）。午前10時～午後５時ほか。

会場村川ビル（北10東７）２階集会室Ｃほか。

対象東区在住で、10回とも参加でき、在宅ボランティア活動に積極的に参加できる方。

内容講義、介護実習、施設実習など。

定員・費用30人。３千400円。

申込６月21日㈮午前９時から受講日初日に納入。

電話で申し込み（先着順）。

元町図書館から　☎(784)0841

■おはなしの会

日時・内容６月21日㈮、「ぼくはちびだぞ」。７月６日㈯、夏のスペシャル「パネルシアター、大型絵本ほか」。いずれも午前11時～正午。

■乳幼児のためのおはなしの会

日時・内容６月27日㈭午前10時30分～11時。「ぞうさんのさんぽ」。

やまびこ座から　☎(723)5911

■「遊・友★ストーリー」参加者募集

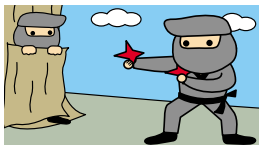
公園全体を使って子どもたちの遊びの世界を広げます。

内容劇遊び「忍者修行」。

日時７月７日㈰午後１時～４時。

会場美香保公園（北20～22条東４～５丁目）。

対象東区在住の小学生。

定員・費用50人。105円（傷害保険料）。

申込６月11日㈫～20日㈭（17日㈪を除く）の午前８時45分～午後５時15分に電話でやまびこ座へ（先着順）。