



錦岡地区軽スポーツ教室

初心者のためのスケート教室
 とき 7月25日(土)~27日(月) 計3回
 いずれも10時~12時
 ところ ときわスケートセンター
 対象 澄川・青雲・ときわ・のぞみ・美原・宮前・明德・もえぎ町、字樽前、字錦岡に住む小学生ですべて参加できる方
 定員 40人 申し込み順
 料金 200円
 持ち物 手袋、帽子、タオル、スケート靴(貸しスケートは1回300円)
 申し込み・詳細 7月9日(休)からスポーツ課 ☎34-7715

親子せっけん作り講座

とき 8月3日(月) 10時~12時
 対象 小学生と保護者(小学3年生以上は1人での参加も可)
 定員 15組 抽選
 教材費 500円
 ところ・申し込み・詳細 7月17日(金)(消印有効)までに往復はがきの往信用裏面に講座名、住所、氏名、年齢、電話番号、返信用表面に住所、氏名を記入し〒059 1272 のぞみ町1丁目2番5号のぞみコミュニティセンター ☎68 6711

ジュニア・ジャズダンス

とき 8月10日(月)~12日(水)
 いずれも13時~15時 計3回
 対象 小学生(3年生以下保護者同伴)
 内容 簡単なステップなどで1曲マスター
 料金 100円(保険料) 開講日納入
 定員 30人 抽選
 持ち物 運動靴、靴袋、タオル
 ところ・申し込み・詳細 7月21日(火)(消印有効)までにホームページ、携帯電話または往復はがきで 往復はがきの場合は、往信用裏面に、住所、氏名、性別、学校名、学年、保護者氏名、緊急時の連絡先、交通手段(バス・車・徒歩など)を、返信用表面に住所、氏名を記入し 〒053 0025 本町1丁目6番1号 アイビー・プラザ ☎33 8131
 携帯電話からの受け付け
<http://www.city.tomakomai.hokkaido.jp/> でアイビー・プラザ 検索

小・中学生のための夏休みの行事

夏休み親子料理教室

ハート形のパンを作る
 とき ①お母さんといっしょにパンを作ろう = 7月25日(土) ②お父さんといっしょにパンを作ろう = 7月26日(日)
 いずれも10時~12時
 対象 ①小学生と母親 ②小学生と父親
 料金 1,110円
 定員 各15組 抽選
 託児 1歳6か月から就学前まで(各10人)
 ところ・申し込み・詳細 7月11日(土)消印有効までにホームページまたは往復はがきで はがきは往信用裏面に希望講座名(1枚に1組) 住所、親子氏名・年齢、職業、電話番号、託児希望者は子どもの名前と生年月日、返信用の表面に住所、氏名を記入し 〒053 0021 若草町3丁目3番8号 女性センター ☎32 3544 <http://www.city.tomakomai.hokkaido.jp/> で女性センター 検索

「自然と共生する苫東地域」親子ツアー

石油備蓄基地や日北酸素(株)苫小牧工場などの見学
 とき 8月4日(火) 8時45分~16時30分
 集合場所 苫小牧駅南口(貸切バスで移動)
 対象 小学4年生以上の子どもと保護者
 料金 無料
 定員 25人 申し込み順
 申し込み 電話で (株)苫東 ☎53-1010
 詳細 企業立地課 ☎32-6437

少年少女体力づくり教室

一輪車、軽スポーツなど
 とき 7月28日(火)~8月5日(水) 土・日曜日を除く 計7回 いずれも9時45分~11時45分
 対象 小学2~4年生
 定員 各学年15人 7月17日(金)18時30分から抽選
 料金 300円 開講日納入
 持ち物 上靴、タオル
 ところ・申し込み・詳細 7月10日(金)から16日(休)までに直接 川沿公園体育館 ☎74-3300

環境に関する行事など

ecoライフ大作戦 水生生物観察会
 川の中に入り生物や水質について学ぶ
 とき 8月5日(水) 13時30分~15時30分(雨天の場合は翌日)
 ところ 覚生川(アルテン内)
 対象 小学生と親
 料金 無料
 定員 40人 申し込み順
 申し込み 環境保全課 ☎36 8801
 夏休みエコ日記を配布します
 夏休みにエコに関する取り組みを記録するための日記を配布します
 配布方法 環境保全課、ホームページで <http://www.city.tomakomai.hokkaido.jp/> で環境保全課 検索

夏休みトヨタ北海道冒険エコーツアー
 環境施設見学とトヨタの森冒険など
 とき 8月4日(火) 9時~13時30分
 対象 小学4~6年生
 料金 無料
 定員 40人 申し込み順
 ところ・申し込み・詳細 7月6日(月)~17日(金) トヨタ自動車北海道(株) ☎52 3217

中央図書館の行事

青空こどもとしょうかん
 とき 7月29日(水) 10時30分~11時30分
 ところ 市民文化公園 雨天の場合は中央図書館2階講堂
 対象 幼児から小学生
 内容 大型紙芝居ほか
 定員 100人 直接会場へ
 平和祈念句間ビデオ上映会
 とき・内容 8月1日(土)、2日(日) いずれも10時30分~11時20分 = 「ビルマの竖琴」、14時~14時32分 = 「ヒロシマに一番電車が走った」
 定員 70人 直接会場へ
 料金 無料
 ところ(記載のあるものを除く)・詳細 中央図書館 ☎35 0511

博物館の行事

①土曜体験教室「土偶をつくろう」
 とき 8月8日(土) 10時~11時30分
 定員 20人 申し込み順
 持ち物 エプロン、タオル
 申し込み 7月16日(木) 9時30分から
 ②夏休みお助け学芸員
 夏休み自由研究に向けてアドバイス。11時、13時、15時に子ども向け展示解説会を行います
 とき 7月30日(木)~8月1日(土) いずれも9時30分~16時30分 直接会場へ
 対象 ①小学生以上 ②小・中学生 いずれも小学2年生以下は保護者同伴
 料金 無料
 ところ・詳細 博物館 ☎35-2550

科学センターの行事

電子工作教室
 とき 7月28日(火) 10時~12時
 対象 小・中学生
 定員 15人 申し込み順
 申し込み 7月19日(日)まで 7月29日(水)夜間開館
 とき・内容 ●熱気球を作って飛ばそう 17時~20時 ●おとのじっけん 18時~20時 ●星空コンサート 19時~19時30分 いずれも直接会場へ
 星空コンサートは定員76人で開始後出入り不可
 プラネタリウム夏休み特別投影
 とき 7月28日(火)~8月18日(火) いずれも11時30分~14時、16時~ 直接会場へ
 定員 各回84人
 科学ふれあい教室「アイスクリーム作り」
 とき 8月2日(日) 10時~12時
 対象 小・中学生
 定員 16組(家族、兄弟で1組)申し込み順
 申し込み 7月10日(金)から
 木工教室「ガーデニング用のイスを作製」
 とき 8月16日(日) 10時~12時
 対象 小・中学生
 定員 10組(家族、兄弟で1組)申し込み順
 申し込み 7月15日(水)から
 申し込み方法 電話またはホームページで
 料金 無料
 ところ・詳細 科学センター ☎33-9158
<http://www.city.tomakomai.hokkaido.jp/> で科学センター 検索

エコライフ大作戦
 エコ・クッキング教室
 おからを使用したスコーンやサラダなどを作る
 とき 7月24日(金) 9時30分~12時30分
 ところ 女性センター
 料金 無料
 定員 20人 申し込み順
 申し込み・詳細 環境保全課 ☎(36)8801

紙フェスティバル参加者募集
 地域団体・グループなどで、紙を使った作品の体験・展示コーナーへの出展を募集します
 とき 10月4日(日) 10時~15時
 ところ 女性センター
 申し込み 申し込み順
 申し込み・詳細 環境保全課 ☎(32)6748

普通救命講習会
 人工呼吸などの応急手当の方法とAEDの使用方法を学ぶ
 とき 7月29日(水) 13時30分
 ところ 苫小牧高等商業学校
 申し込み 7月31日(金)までに紙フェスティバル実行委員会 ☎(33)5363
 詳細 生涯学習推進課 ☎(32)6748

鳥アリーナ
 とき 7月29日(水) 16時30分
 ところ 白鳥アリーナ
 料金 無料
 定員 30人
 申し込み 申し込み順
 申し込み 7月22日(水)までに直接 警防課 ☎(32)6719



7月の主なスポーツ施設の利用時間と休館日

総合体育館	末広町3-2-16
☎34-7715	☎34-7716
利用時間	9:00~21:00
休館日	31日(金)
	トレーニング室は毎週月曜日(祝日の場合は翌日)

ハイランドスポーツセンター(屋内プール)

字高丘41	☎34-3522	☎34-3757
利用時間	11:00~20:15	土・日曜日、祝日、小・中学生夏休み中は9:30~20:15
休館日	9日(木)	

日新温水プール

日新町2-2-41	☎72-4409	☎72-4197
利用時間	9:30~21:00	
休館日	16日(木)	

白鳥アリーナ

若草町2-4-1	☎37-7100	☎37-7103
利用時間	10:00~18:00	
休館日	16日(木)	

沼ノ端スケートセンター

北栄町3-2-3	☎57-7240	
利用時間	10:00~18:00	
休館日	6日(月)	

ときわスケートセンター

ときわ町3-8-5	☎67-4461	
利用時間	10:00~18:00	
休館日	23日(木)	

- 健康
- 暮らし
- 税金
- 相談
- 福祉
- 催し講座
- スポーツ