

ベイサイドアリーナ

●トレーニング室情報

- 健康カウンセリング
設置してある体内脂肪計を使って、運動に関する簡単な健康カウンセリングを行います。今後の健康づくりに生かしましょう！
【時間】測定とカウンセリングで15分程度
【期間】3日(土)～10日(土)
- つまずき予防教室
簡単な筋トレや歩き方などの運動で、つまずきにくい体づくりを目指します。
【日時】22日(木) 午後2時～3時 (60歳以上) 定員6名
【参加費】300円または回数券
【持ち物】運動できる服装、室内用シューズ、タオル、飲み物
【申込】当日の開始時間15分前までにアリーナ受付に集合してください。
- 体調のコンディショニングで、夏バテを吹き飛ばせ！
疲れたカラダにいたわりを！お盆期間中の体調回復にベイサイドアリーナを活用し、1日1つのミッションで、回復を目指しましょう。
【期間】9日(金)～18日(日)
- フリーウェイト・オリエンテーション
初めての方でも正しいフォームで安全に利用できるように、トレーニング法(使い方)のレクチャーします。

- 【開催日】7日(水)・23日(金)午後7時15分～7時45分
5日(月)・18日(日)午後1時～1時30分
 - 【定員】4名程度
 - 【料金】300円または回数券
 - 「山の日」にちなんだ「歩くイベント」情報
・「みんなで体操&スポーツ交流村健康ウォーキング」教室
沼田ウォーキングマップを活用し、体操を入れながら歩く健康づくりです
【日時】11日(日) 午前11時～(60分程度)
【参加費】無料
 - 会議室での「ジュニア・スポーツ&安全講話教室」情報
・第3弾「水辺の安全教室」
7日(水)午前10時30分～(30分) 中学生以下 定員20名
・第4弾「じょうぶなカラダを作るポイント(食事栄養)」
11日(日)午前10時～(30分) 中学生以下 定員20名
・第5弾「じょうぶなカラダを作るポイント(食事栄養Ⅱ)」
17日(土)午前10時～(30分) 中学生以下 定員20名
【参加費】無料
【持ち物】筆記用具
 - ランニングクリニック情報
怪我をしない走り方を身につけ、楽しく走ってみよう
【日時】24日(土) 午前10時～(60分程度)
【場所】スポーツ交流村周回コース
【参加費】無料
【定員】10名程度
- ★毎週火曜日は施設休館日です。
★記載の金額はすべて税込です。
- ☎ ベイサイドアリーナ ☎47-1131
午前9時～午後8時30分(火曜日を除く)

平成の森

●野球場

- 【料金】1時間1,000円 ナイター照明3,000円
※8月19日(月)～24日(土)使用不可

●キャンプ場

- 【料金】日帰り1名様 大人300円(240円)
高校生以下200円(160円)
宿泊1名様 600円(480円)
サイト料300円(240円)
- バーベキューも楽しめます。
バーベキューセット 大人300円(高校生以下200円)
※10名以上団体料金は()内料金となります。

●こころの湯

- 【利用時間】午後2時～9時
- 【定休日】月・金曜日
- 【料金】大人300円 高校生以下200円
- 【お風呂の日】
毎月26日 1人100円で利用できます。
(定休日でも営業します)

●体力増進室

- 【料金】
1回/大人200円(高校生以上で利用可)
- 【利用時間】午前9時～午後9時
(時間内の制限はありません)

☎ 平成の森管理事務所 ☎36-3115

ほっと図書館

移動図書館車『たんぼぼ号』運行中!



☎ 南三陸町図書館
(事務室) ☎46-1351
(受付専用) ☎46-1357
(FAX番号) 46-1344

8月運行地区

- 1日(木) 志津川西復興住宅第1集会所 午前10時～10時45分
" 第2集会所 午前11時～11時45分
- 8日(木) 名足復興住宅集会所 午前10時～10時45分
- 14日(水) 伊里前復興住宅集会所 午前10時～10時45分
- 15日(木) 入谷復興住宅集会所 午前10時～10時45分
- 20日(火) 戸倉復興住宅集会所 午前10時～10時45分

※貸出冊数1人5冊まで。次回訪問日に返却をお願いします。

(休館日などで運行が変更になる場合がありますので、ご了承ください。)
皆さん、お誘いあわせの上、お越しください。黄色の移動図書館車『たんぼぼ号』が待っています!

～9月運行予定～

- 5日(木) 志津川西復興住宅
第1・第2集会所
- 10日(火) 伊里前復興住宅集会所
- 12日(木) 名足復興住宅集会所
- 18日(水) 戸倉復興住宅集会所
- 19日(木) 入谷復興住宅集会所

南三陸町生涯学習センターからのお知らせ

「図書館」は通常月曜日が休館ですが、「公民館」は毎日開館しています。本の貸出はできませんが、学習や夏休みの宿題等のために、図書館の「閲覧スペース」を開放していますので、ご利用ください。
なお、本を持ち出して読んだりすることはご遠慮ください。ご協力、よろしくお願いたします。
※休館日や図書館開館時間外の返却は外の「返却ポスト」をご利用ください。

図書館からお願い

図書館から借りた本を返し忘れてはいませんか? 図書館の本はみんなの本です。きちんと返却しましょう。長い間返却がない場合は、電話や手紙でご連絡いたします。
壊してしまったり、汚してしまった、失くしてしまった時には直ぐに、図書館に連絡してください。場合によっては弁償していただくことがあります。ご協力よろしくお願いたします。

多読賞

50冊の本を読み終わったお友達です。

- ・入谷小学校1年 わた なべ とも はる 渡 邊 友 悠さん
- ・伊里前小学校3年 あ べ ゆう き 阿 部 悠 紀さん
- ・伊里前小学校3年 あ べ こころ 阿 部 心さん
- ・入谷小学校5年 すが わら ゆう た 菅 原 佑 太さん

南三陸町生涯学習センター開館時間

- 『公民館』午前9時～午後9時
- 『図書館』(平日) 午前9時～午後7時
(土日祝) 午前9時～午後5時
- 図書館休館日 毎週月曜日
- ※月曜祝日の場合は開館し、その翌日を休館とします。

夏休み工作資料展

- 期間 8月25日(日)まで
- 場所 生涯学習センター内 エントランスホール

子どもの本展示会

- 期間 8月3日(土)～8月25日(日)
- 場所 生涯学習センター内 エントランスホール

一日図書館員

- 日時 ①8月4日(日) ②8月7日(水)
③8月10日(土) 午前10時～12時
- ※対象は小学4年生～6年生 定員2人、8月2日(金)まで図書館に申し込みください。

8月休館日のお知らせ

- 5日(月)・13日(火)・19日(月)・26日(月)

楽しく飲んで 安心帰宅
運転代行
TEL 090-2367-0107
営業時間 PM7:00～AM3:00(最終受付はAM0:00までです)
基本料金 《2km》1,000円
宮城県公安委員会認定 第575号 **南三陸運転代行社**

東鳴子温泉 湯元源泉100%かけ流しの湯
是非「御殿の湯」をお試しくください。
アドピィでお悩みの方
ホテルニューあらお
大崎市鳴子温泉字赤湯40
電話0229-83-3062
http://www.newarao.co.jp
ホテルニューあらお 検索

DAIYU HOME CENTER **ダイユーエイト 南三陸店**
毎月8のつく日 8日 18日 28日 + 毎週土曜日
税込3,240円以上お買上げで **ポイント5倍**
い草敷物・座椅子各種 店頭にて好評販売中!!
南三陸店 営業時間 午前9時～午後8時まで
〒986-0729 宮城県本吉郡 南三陸町志津川字天王前202番15 TEL 0226-48-5481