

# ベイサイドアリーナ

## ●トレーニング室情報

寒くても快適なトレーニング環境で運動不足を解消し、カラダづくりやシェイプアップなどに取り組みましょう。簡単な運動でも継続することで健康づくりにつながります。

【営業時間】平日 午前9時～午後8時30分  
土日祝 午前9時～午後6時

【料金】1回300円  
回数券(11枚綴り)3,000円

【持ち物】トレーニングウェア、室内シューズ、タオル、飲み物

【対象】高校生以上

## ●健康教室情報

### 共通事項

【料金】各教室 1回 550円  
【その他】開始時刻10分前までに直接事務所で申し込みください。(参加対象18歳以上)

【持ち物】トレーニングウェア、タオル、飲み物

### <各教室>

- ヨガ
- 【時間】毎週月曜日 午後7時～8時
- 【内容】心と身体のバランスを整えるリフレクシュヨガ

## ●いきいき運動健康塾

【時間】毎週木曜日 午前10時～10時45分

【内容】運動機能の改善を目指します

## ●レッスンアラカルト(週替わり)

【時間】毎週木曜日 午後7時～7時45分

【内容】ヨガ特有の呼吸に意識を向けバランスを整え、骨盤に意識を向けカラダのゆがみ解消を目指します。始めてみようかな、と思っている人も大歓迎です。

●今月のカラダづくりのワンポイントキーワード「脂質」どんなことだろう?と、気になる人はぜひご来館の上、ご覧ください。

★その他にも「当月のスポーツイベント」を館内掲示板でご案内しています。

★アリーナの個人利用も可能です(卓球・バドミントン・バレーボールの用具は無料で貸し出しします。室内シューズは必ずご用意ください)。ご家族やご友人でお申し込みください。中学生以下の子は無料でご利用できます。

★文化交流ホール、会議室、ミーティング室などは、打合せや研修、講演会などでも利用できます。

★各施設の空き状況や施設利用料など詳しくは、電話にてお問い合わせください。

★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

## ●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)  
\*記載の料金はすべて税込です。

## ●アリーナ

【料金】2時間 1,100円  
(2時間越える毎550円追加)

バドミントン 1コート(ネット・支柱有り)、卓球台 4台(ネット・ラケット・ボール有り)空手・剣道での利用  
会議などでの利用 開閉式ステージ有り(横幅5.4m奥行2.5m高さ0.5m)  
ビニールバレーボールなど、柔らかいボールでのレクリエーションも可能です。  
※側面がガラス窓のため、固いボールは使用できません。

●体験交流室(和室)、大会議室(共に30～35名様利用可)  
【料金】2時間 450円  
(1時間超える毎220円追加)

【利用時間】午前9時～午後9時  
お茶会、同級会の打合せなどに便利です。  
\*食事はレストランでご注文頂いたもの以外は持込禁止となります。菓子、飲み物類は飲食できます。

📍 **平成の森管理事務所** ☎36-3115

# ほっと図書館・生涯学習センター

📍 南三陸町生涯学習センター  
志津川公民館 ☎46-1341  
図書館 ☎46-1351  
FAX(共用) 46-1344

## 移動図書館車『たんぼぼ号』運行中!



### 3月運行地区

5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
10日(火)	伊里前復興住宅集会所	午前10時～10時45分
12日(木)	名足復興住宅集会所	午前10時～10時45分
17日(火)	戸倉復興住宅集会所	午前10時～10時45分
19日(木)	入谷復興住宅集会所	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。

(悪天候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!

### ～4月運行予定～

2日(木)	志津川西復興住宅第1・第2集会所
9日(木)	名足復興住宅集会所
14日(火)	伊里前復興住宅集会所
16日(木)	入谷復興住宅集会所
21日(火)	戸倉復興住宅集会所

## 多読賞

50冊の本を読み終わったお友達です。

- 戸倉保育所3歳 後藤真帆さん
- 志津川保育所3歳 渡邊愛蘭さん
- 志津川保育所5歳 渡邊結斗さん
- 名足こども園5歳 小野寺りい葉さん
- 伊里前小学校2年 三浦陸さん
- 伊里前小学校2年 千葉椋喜さん
- 志津川小学校3年 佐藤ひなさん
- 戸倉小学校4年 須藤奏さん
- 志津川小学校5年 佐藤愛瑠さん
- 名足小学校5年 三浦麻椰さん

## 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。本を返し忘れてはいませんか?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、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。場合によっては同じ本、または同じような本で弁償をしていただくことがあります。ご協力をお願いします。

## 歌津コミュニティ図書館魚竜の休館について

歌津コミュニティ図書館魚竜は、歌津公民館内に移転のため令和2年4月1日から休館します。ご不便をおかけしますが、ご理解の程よろしくお願ひします。

<b>3月休館日のお知らせ</b>	2日(月)・9日(月)・16日(月) 23日(月)・30日(月)
-------------------	-------------------------------------

## 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。休館日は、本の貸出はできませんが、学習のために、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。  
※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。

## 各種展示会

- おひなさま展  
期間 2月19日(水)～3月3日(火)
- 東日本大震災資料展  
期間 3月5日(木)～3月17日(火)
- かもめの虹色アートコンクール作品展  
ラムサール展  
期間 3月19日(木)～3月末

※上記展示会は内容など変更になる場合があります。

仏壇・仏具・神具 販売  
山形屋 クラシコ  
仏事・葬儀に関する事は  
葬祭会館ベルエポック  
仏壇手チャリ  
山形屋 クラシコ  
仏壇・仏具・神具 販売  
山形屋 クラシコ  
仏事・葬儀に関する事は  
葬祭会館ベルエポック

南三陸町志津川字磯の沢23-4  
電話 0226-46-6522 FAX 0226-46-2161  
有限会社 **山形屋**

すべてのきれいをお手伝いします  
事業所・事務所・工場・住宅等の清掃。  
介護用品レンタル・販売。住宅改修。  
南三陸町で営業させて頂いております。

**(株)清建** 南三陸営業所  
TEL46-1027 FAX46-2122  
(有)リースキン宮城南三陸営業所  
TEL25-9210 FAX46-2122  
南三陸町入谷字大船313番地

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  
税抜3,000円以上お買上げで  
ポイント 5倍  
新生活応援! おすすめ家電特集  
南三陸店 あさ9時～よる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

ダイユーエイト 南三陸店案内図 広野  
南三陸海岸IC 至 宮城  
中央団地  
アップルタウン内ダイユーエイト南三陸店  
文 志津川中学校  
文 志津川小学校  
文 新南三陸さんさん商店街  
志津川IC  
●旧南三陸さんさん商店街  
至 石巻