

# 図書館ガイド

《休館日》 第3月曜日 《開館時間》 10時～19時

## 劇団さっぽろ「スイミー」公演

とき・7月25日(日)  
14時30分～15時30分  
ところ・図書館2階AV室  
定員・100人(申込順)

## 手作り絵本教室

対象・小学生以上  
※小学3年生以下は保護者同伴で参加してください。  
とき・7月27、28、29、31日、8月1日  
(14時～16時)  
ところ・図書館2階AV室  
定員・25人(申込順)



詳細・図書館 ☎(26) 2 1 3 1  
<http://library.city.chitose.hokkaido.jp/>

# 暮らしのアドバイス

## 高齢者をねらう 悪質商法にご用心!

悪質な訪問販売や電話勧誘などで被害を受ける方が増えています。

特に高齢者は、お金や健康、孤独などの不安をかかえる方が多くいます。悪質な業者は、言葉巧みに不安をあり、ときにはさびしさにつけこみ、親切を装い優しい言葉で皆さんに近づいてきます。

被害にあわないために、つぎのことに注意しましょう。

●訪問販売や電話で勧誘する業者の話をすぐに信用しないこと。

●日ごろから近所の方と世間話などをして、悪質な手口を知っておくこと。

不安なときは、ひとりで悩まずに早めに消費生活相談室へ相談しましょう。

～消費生活相談室～  
月～金曜日の毎日開設  
10時～12時 ● 13時～16時  
市役所3階市民生活課 ☎(24) 0 1 9 3

## 温水プールからのお知らせ

### ●水泳講習会(ジュニア短期スクール)

対象①4歳～6歳児  
②小学1～6年生  
とき①7月28日～30日  
(10時10分～11時)  
②7月28日～31日  
(9時10分～10時10分)

受講料①2,600円 ②3,800円  
定員・各40人(申込順)  
申込開始・7月10日(土)

### ●ヘルスアップ講習会

講習内容	とき	受講料	定員
①ダイエット アクア	7月14日(水)	各200円 ※入館料別	各15人
②メタボ予防 運動	7月22日(木)		
③健康相談・ 体力測定	7月17日(土)	無料	—

対象・18歳以上の方  
申込開始①②7月10日(土)(申込順)  
③当日受付

### ●ノルディックウォーキング

対象・18歳以上の方  
とき・7月24日(土)10時30分～12時  
受講料・100円 定員・15人(申込順)  
申込開始・7月10日(土)

### ●管理型ダイエットウォーキング

対象・18歳以上の方  
とき・7月17日(土)10時30分～12時  
受講料・2,500円 定員・5人(申込順)  
申込開始・7月10日(土)

### ●サマースクール

対象・6歳～小学6年生  
とき・8月3日～5日(2泊3日)  
ところ・国立大雪青少年交流の家  
(美瑛町)

受講料・ラフティングコース  
21,000円  
・キャニオニングコース  
23,000円

定員・10人(2コース計、申込順)  
申込期間・7月10日～16日

◎7月10日～8月16日は半額開放

◎7月25日～8月16日は毎日開館  
《期間中の開館時間》

月～金曜日 9時～21時  
土・日曜日 9時～20時

### 【共通事項】

申込先・詳細 温水プール ☎(49) 7001



## スナッグゴルフレッスン会 & 大会参加者募集

### ●スナッグゴルフレッスン会

内容・プロゴルフ選手の指導による  
レッスン会

対象・小学生  
とき・7月24日(土) 13時～  
定員・28人(申込順)

### ●スナッグゴルフ大会

競技内容・6ホール合計のストローク  
プレーによる競技

対象・小学生以上  
とき・7月24日(土) 14時～  
定員・48人(申込順)

※25日(日)に成績上位者の表彰式あり。

### 【共通事項】

ところ・ザ・ノースカントリーゴルフクラブ  
参加料・無料

申込方法・スポーツ課で配布の申込用  
紙で申し込み

申込先・詳細 スポーツ課 ☎(24) 0855

## 体育協会のスポーツ教室

### ●4歳児教室(ちびっこわくわく)

対象・平成17年4月2日～平成18年  
4月1日生まれの方

とき・7月28、29日、8月3、4、6日  
(9時30分～11時)

ところ・スポーツセンター第2体育館  
受講料・1,100円(申込時納入)

定員・32人(抽選)  
申込方法・7月16日(金)10時までにス  
ポーツセンター会議室に集合

### ●苦手をつくらぬ体育教室

対象・小学1年生(指導担当者の見学可)  
とき・7月17日(土)

1回目 13時～14時30分  
2回目 15時～16時30分

※11時～12時に、幼児体育指導者向  
けの講習を行います。

ところ・スポーツセンター第2体育館  
受講料・無料 定員・各回30人(申込順)

申込方法・7月10日～15日に電話申込

### ●スナッグゴルフ講習会

対象・小学生以上のお子さんと親  
・未経験者

とき・8月7日(土) 9時30分～11時30分  
ところ・メムシ公園

※雨天時はふれあいセンターで開催  
受講料・無料 定員・30人(申込順)

申込方法・7月10日～24日に電話申込

### 【共通事項】

申込先・詳細 (財)千歳市体育協会  
振興課(スポーツセンター内)

☎(22) 4 1 5 0 ※9時～17時受付