



・ふれあいエスプ塩竈 ☎367-2010
FAX365-3741
・公民館 ☎365-3341



・遊ホール ☎365-5000
・市民図書館 ☎365-4343
<http://www.lib-shiogama.jp/>
・視聴覚センター ☎365-4500

大人のための“聴く”文学

第9回 塩釜文(楽)館『近代文学選 —時代の文章を味わう—』

と き 11月7日(木) 14:00～15:30
ところ 壱番館5階 遊ホールホワイエ
講 師 塩釜文(楽)館のみなさん
対 象 一般 30人
申 込 10月23日(木)より受付中
※図書館3階カウンターかお電話で

体育館・プール

塩釜ガス体育館からのお知らせ

■トレーニング講習会(上靴持参)
5日(月)19:00～、8日(木)10:00～、17
日(土)19:00～、24日(土)14:00～、29
日(木)19:00～
■障がい者のためのスポーツ教室
と き 11月16・30日(金) 13:30～15:00
種 目 ニュースポーツなど
準備物 運動しやすい服装、上靴、タオル
申 込 開催日の前日までに電話かフ
ァクスで住所、氏名、参加人
数を。

■体幹トレーニングでパフォーマンスアップ
小中学生の体幹トレーニングについて
と き 平成24年11月10日(土)
18:30～20:00
対 象 50人(先着順)
参加費 500円(塩竈市スポーツ少年
団登録指導者は無料)
申 込 申込用紙に記入の上、体育館
に直接提出、ファクスで。
準備物 上靴、運動のできる服装、筆
記用具など。

■からだ改善エクササイズ教室

生活習慣病予防、減量、体力アップ
を指導員がサポートします！
と き 11月1日・8日・15日・22日(木)
19:00～20:15
対 象 一般成人男女
参加費 500円(トレーニング登録者
300円)
内 容 ストレッチ、ソフトエアロビ
クス、レジスタンストレーニ
ング、ボール運動など
申込方法 前日まで電話かファクスで
(当日受付可)

持ち物 運動のできる服装、室内シュ
ーズ、タオル、水分補給ができるもの
■ノルディックウォーキング講習会
と き 12月15日(土) 9:30～11:30
ところ 伊保石公園 市民の森記念館
前集合

定 員 一般成人男女15人(先着順)
参加費 700円(保険代ほか)
申込方法 11月1日(木)～12月8日(土)の
間、申込書に諸費用を添えて
塩釜ガス体育館窓口まで(フ
ァクス可)
準備物 動きやすい服装・履きなれた
靴・飲み物・タオル・雨具・
ボール(レンタル有)・帽子
・上靴(※)・ウエストポー
チやリュック(両手が空くよ
うに)

※悪天の場合ホール内で行いますので
上靴を用意してください。

■「がんばっぺ塩釜」第6回綱引き大会
と き 12月2日(日)
種 目 8人制綱引き/一般男子(8人
で合計体重600kg以内)/一般男女混
合(8人で男子4人以内。合計体重
600kg以内)/小学生(8人で合計体
重400kg以内)各20チーム
参加費 一般男子・男女混合の部 各
2,000円 小学生の部 800円

申 込 11月15日(木)まで参加費を添
えて塩釜ガス体育館へ
組合せ抽選会 11月22日(木) 19:00～
塩釜ガス体育館2階研修室
問 NP0 法人塩釜市体育協会(塩釜ガ
ス体育館内)
☎362-1010 FAX362-1099

ユープルからのお知らせ

■11月教室のお知らせ
初回登録料 500円(平成25年3月ま
での登録料)印鑑をご持参ください。
受講料 各教室600円/回 対象者16
歳以上の男女 ※時間など詳細はお問
い合わせください。(お得な回数券も
あります)

無料開放のお知らせ

11月23日(金) 9:00～17:00
一般開放について(3歳以上)
月～土曜日(火曜日休館) 9:00～
21:00/日・祝日 9:00～17:00

問 NPO法人塩釜市体育協会
(ユープル)内 ☎363-4501
IP ☎050-3387-3552

視聴覚センター

■講演会「しおがま物語 ～第8章 塩竈のむかしばなし～」

今回は、尾島町、舟入界隈の話を中心に「鹽竈繪圖」などの本を出版されている
庄子洋子さんに、お話をさせていただきます。

と き：11月9日(金) 10:30～12:00 ところ：視聴覚室(壱番館4階)

申 込：電話申込(先着順)

遊ホール

◆映画上映会 「黒部の太陽」(完全版)

東日本大震災の被災地支援の一環として、石原プロモーシ
ョンからフィルムを提供していただきます。

主 演/ 三船敏郎・石原裕次郎・二谷英明 他

提 供：石原プロモーション

○と き 11月23日(金・祝) ①上映12:30 ②上映17:00(開場各30分前)

○入場料 無料(整理券が必要です)※整理券配布場所(1人2枚まで)

マリネット本社・イオンショッピングセンター内マリネットサービスカウンタ
ー・市役所・遊ホール協会(壱番館4階)

◆天満敦子 ヴァイオリン・コンサート 「祈り」

この時期、恒例となっております天満敦子さんのヴァイオリンコンサートで
す。世界的な名器、ストラディバリウスの世界を存分にご堪能ください。

○と き 12月16日(日) 開場13:30 開演14:00 ○入場料 2,000円

○プレイガイド/松尾カメラ、メロディーズ、フジサキスポーツ、ミュージックス
タジオキューブ、サトー時計店、美容室マサヒコ、喫茶ノンノン

