



ジュニア・リーダー 「十符っ子」



生涯学習のひろば



二市三町合同スポーツ大会

と き 10月10日(月・祝) 午前9時～正午
と ころ セッカ浜町中央公民館敷地内 屋内運動場

定例会のお知らせ

と き 10月16日(日) 午後2時～午後4時
と ころ 文化交流センター「リフノス」2階 研修室1・2

☎ 生涯学習・スポーツ振興係 ☎767-2125

町民体カテスト実施のお知らせ

ご自身の体力の現状を知る良い機会になりますので、運動習慣の有無に関らず、ぜひご参加ください。

と き 10月10日(月・祝) 午前9時～午後3時(最終受付：午後2時30分)
運動のできる服装で、都合のよい時間にお越しください。

と ころ 利府町立利府小学校体育館

持 ち 物 上靴、タオル、飲み物、マスク

所要時間 30分～1時間程度



成年(20歳～64歳)

- ①握力
- ②上体起こし
- ③長座体前屈
- ④反復横跳び
- ⑤立ち幅跳び
- ⑥20mシャトルラン

高齢者(65歳～79歳)

- ①握力
- ②上体起こし
- ③長座体前屈
- ④開眼片足立ち
- ⑤6分間歩行
- ⑥10m障害物歩行
- ⑦日常生活活動調査

※対象年齢以外の方でも測定できますが、測定内容は上記のいずれかとなります。

☎ 生涯学習課 生涯学習・スポーツ振興係 ☎767-2125

屋内温水プール

お申込みや詳細についての問い合わせは
右記屋内温水プールまでご連絡ください。

☎ 屋内温水プール ☎356-0461

	コース	対象	曜日	時間	年会費	月会費	
キッズ水泳 	幼児週1回	3歳～年長	土・日	10:30～11:30	2,200円	4,350円	
			月	15:30～16:30			
	児童週1回	小学生以上	土・日	11:30～12:30			
			月	16:30～17:30 17:30～18:30			
幼児週2回	3歳～年長	上記2回組み合わせ		5,450円			
児童週2回	小学生以上						
キッズ体操 	幼児週1回	3歳～年長	土	13:40～14:40	2,200円	4,350円	
			月	15:30～16:30			
	児童週1回	小学生以上	土	14:40～15:40			
			月	16:30～17:30			
	幼児週2回	3歳～年長	上記2回組み合わせ				5,450円
	児童週2回	小学生以上					
ミックス (キッズ水泳+キッズ体操)	幼児週2回	4歳～年長	曜日	水泳週1回と 体操週1回の組み合わせ	2,200円	5,450円	
							児童週2回

フィットネス会員募集

プール・トレーニング室・レッスンプログラム参加が月会費だけで好きな時にお好きなだけご利用いただける会員制度です。

＼充実した施設が月会費だけでOK!／

区分	対象	利用時間	月会費
シングル	高校生以上	10:00～21:00	6,000円
ベテランズ	60歳以上		5,000円
スタジオ	高校生以上		4,000円

利用エリア

シングル・ベテランズ	プール・トレーニング室 スタジオ (レッスン含む)
スタジオ	スタジオレッスンのみ

※スポーツ施設の使用不可について 3.16福島沖地震の影響により、総合体育館メインアリーナは当面の間使用できません。

今後の休館日 総合体育館……11日、25日、11月8日 屋内温水プール……4日、11日、18日、25日、11月1日、8日



開館時間 公民館・文化会館：午前9時～午後9時 / 図書館：午前9時～午後8時 / カフェレストラン：午前11時～午後7時(月曜定休)

「リサイクルブックフェア」のご案内

図書館の一大イベント「リサイクルブックフェア」をこの秋も開催いたします!

リサイクルブックフェアとは、図書館で保存していた資料を、無料でお渡しするイベントです。図書館の書棚に並ぶ役目を終えたとしても、皆さまに大切に読まれた資料には有終の美を飾ってほしい!という思いで、フェアを開催させていただきます。

と き 10月22日(土)

【午前の部】午前10時30分～正午
子ども向けの本(絵本、児童書など)、雑誌

【午後の部】午後2時30分～午後4時
大人向けの本(一般書)、雑誌

と ころ 文化交流センター「リフノス」
エントランスホール西側

申 込 不要です。お気軽にお越しください。

※本を持ち帰る袋をご持参ください。
※本はお一人につき5点まで、雑誌ふるくは1点までとなります。

問 図書館 ☎353-5031

令和4年度 利府町芸術文化公演会のお知らせ

～JAZZがもっと身近に感じる!
生演奏で土曜の午後のひとときを～

ビッグバンドのダイナミックなJAZZの生演奏を堪能し、また本格的なハワイアン演奏&フラダンスのひとときはいかがでしょうか。参加無料です。

と き 10月1日(土)午後2時～午後3時30分
(開場：午後1時30分)

と ころ 文化交流センター「リフノス」
多目的ホール

内 容 JAZZ&Hawaiian ライブコンサート

対 象 町民の方ならどなたでも
(小学生以上先着200名)

申 込 不要。当日直接お越しください。



主催：利府町芸術文化協会
共催：利府町教育委員会
後援：利府町

問 文化振興・リフノス係 ☎767-2197

利府町文化祭を開催します♪

町内で活躍するサークルさんが多目的ホールや館内で発表するほか、各種体験ブース&物販ブースが設けられます。皆さまぜひお越しください。

と き 10月29日(土)午前9時20分～午後4時30分
10月30日(日)午前9時～午後4時30分

と ころ 文化交流センター「リフノス」



十符の菅薦復元製作事業連携企画 「ミニ菅薦」をプレゼントします!

200名様先着で、利府町のシンボルネーム「十符の里」の由来となった「十符の菅薦」のミニバージョンをプレゼントします!詳しくはp.19をご覧ください。

問 公民館・文化会館 ☎353-6114

防災体験プログラム運営ボランティアスタッフ大募集

本とおもちゃの交換会「かえっこバザール」と、楽しい防災体験プログラムを組み合わせた「イザ!カエルキャラバン!」を開催するにあたり、ご協力いただけるボランティアを募集します。



イザ!
カエルキャラバン!
MESSAGE FROM 1995 AT KOBE

と き 〈本番〉11月20日(日)午後1時～午後4時(午前10時集合/午後5時解散予定)
〈研修会〉第1回：10月16日(日)、第2回：11月13日(日)

と ころ 文化交流センター「リフノス」

内 容 イザ!カエルキャラバン!の運営サポート、防災体験プログラム・かえっこバザールのサポート

募集期間 9月5日(月)～10月10日(月・祝)

申込方法 「リフノス」窓口・電話(353-6114)・メール(classroom_tofu@rifunosu.jp)
氏名・年齢・住所・電話番号をお知らせください。

※「イザ!カエルキャラバン!」とは、NPO法人プラス・アーツがプログラムを開発し、2005年にスタートした事業です。現在では様々な企業や団体と協力し、全国各地、世界中で開催しています。詳細は「リフノス」ホームページよりご確認ください。

10月のリフノス休館日 11日(火)、24日(月)

問 公民館・文化会館 ☎353-6114