

# スポーツカレンダー(11月)

日	月	火	水	木	金	土
						1 こども・幼児 水泳教室(A)
2	3	4	5	6	7	8
こども・幼児 水泳教室(B)	☆グループ体操 ★フィットネス体操	休館日	おとな水泳教室 初心者こども水泳教室		☆R & F ★フィットネス体操	こども・幼児 水泳教室(A)
9	10	11	12	13	14	15
☆ウォーキング体操 ★トレーニング体操 こども・幼児水泳教室(B)	休館日	大人水中運動教室		☆グループ体操 (社教センター) ★ダンベル体操	☆グループ体操 ★フィットネス体操 おとな水泳教室 初心者こども水泳教室	こども・幼児 水泳教室(A)
16	17	18	19	20	21	22
こども・幼児 水泳教室(B)	休館日	☆ウォーキング体操 ★フィットネス体操 大人水中運動教室	おとな水泳教室 初心者こども水泳教室	☆グループ体操 (社教センター) ★ダンベル体操	体力測定 ★フィットネス体操	こども・幼児 水泳教室(A)
23	24	25	26	27	28	29
こども・幼児 水泳教室(B)		休館日			おとな水泳教室 初心者こども水泳教室	
30	12/1	12/2	12/3	12/4	12/5	12/6
	休館日	☆グループ体操 ★フィットネス体操 大人水中運動教室	おとな水泳教室 初心者こども水泳教室	☆ウォーキング体操 ★ダンベル体操		こども・幼児 水泳教室(A)

～さくら館温水プール水泳教室～  
**〈おとな水中運動教室/おとな水泳教室〉**  
**実施時間** 14時～15時/18時30分～19時30分  
**対象** いずれも中学生以上  
**受講料** 1回券700円、フリーパス2,000円、10回券7,000円  
**〈こども・幼児水泳教室〉**  
**実施時間** (A)こども：10時～11時、幼児：13時～14時  
 (B)こども：13時～14時、幼児：10時～11時  
**対象** こども：小学生、幼児：3歳～未就学児(要オムツ離れ)  
**受講料** 1回券400円、フリーパス1,000円、10回券4,000円  
**〈初心者こども水泳教室〉**  
**実施時間** 17時～18時 **対象** 小学生(定員10人)  
**【共通】**  
**持ち物** 水泳、水泳帽、タオルなど遊泳に必要なもの  
**入場料** 大人300円、中学生以下100円  
 (障がいのある方、未就学児は無料)  
**参加方法** 開始時間の10分前までにプール受付に集合して  
 ください。  
 ※受講者多数により参加できない場合があります。  
**その他** プールの利用時間は9時～20時です。  
 (入館は19時30分まで)  
**照会先** さくら館 ☎85-0800

～レイクアリーナ箱根～  
**〈各種体操〉**  
**実施時間** ☆14時～15時/★19時～20時  
**対象** 16歳以上  
**持ち物** 運動のできる服装、室内運動靴、タオル  
**費用** 町内に在住・在勤の方は無料、町外の方は400円  
**〈トレーニングルーム講習〉**  
**対象** トレーニングルームを初めて使用する方  
**定員** 各回15人  
**日時** カレンダー中、日付に色がついている日の①12時  
 30分～13時45分②15時15分～16時30分③17時30分～  
 18時45分のいずれか(講習時間は1時間)  
 ※13日(木)・20日(木)・21日(金)は③のみです。  
**〈体力測定〉**  
**受付日時** 11月21日(金)12時30分～16時30分(所要時間は30分)  
**対象** 中学生以上  
**その他** 体育館の利用時間は9時～21時です。  
 (準備、片付けを含む)  
**照会先** レイクアリーナ箱根 ☎86-3300

※日程は変更になる場合があります。  
 ※来月の予定も一部掲載していますが、  
 詳細は次号を参照してください。

## 社会教育センター図書室から

《「収穫の秋」は本の世界にも!》

読書をしながら「収穫の秋」も楽しみましょう!

【いもいもほりほり】西村敏雄(作) 講談社

3匹のブタの兄弟が空を眺めていると、雲がまるで「やきいも」のよう  
 に見えてきました。



「そうだ、いもほりに行こう!」  
 途中でぱったり会ったねずみ君も  
 一緒にみんなで畑に向かうと……。  
 おいもはたくさんほれたかな♪

【みうたさんのお芋の菓子箱】江島雅歌(著) 農山漁  
 村文化協会

サツマイモやジャガイモ、山芋などを材料に、自然派  
 おやつを作りましょう。

小麦・卵・牛乳・白砂糖  
 いらすずで、やさしい甘さが  
 口いっぱい広がります。



バリエーション豊かな楽  
 しい一冊です。

## 移動図書館きつき号 巡回予定表

場所	日時
役場本庁駐車場	12:35～12:50
湯本小学校	13:00～13:30
湯本幼児学園	13:50～14:20
町社会福祉協議会	14:30～14:45
さがみ信用金庫湯本支店前	14:50～15:05
箱根幼稚園	11/26(水)
箱根幼稚園	9:20～9:40
畑宿寄木会館	10:00～10:15
湯本茶屋(静観荘駐車場)	11/12(水)・26(水)
湯本茶屋(静観荘駐車場)	10:30～10:45
山崎集会所	11:00～11:15
箱根の森小学校	13:00～13:30
温泉幼稚園	13:45～14:05
姫之湯	14:15～14:30
11/13(木)・27(木)	
強羅向山公園駐車場	14:45～15:00
宮城野保育園	15:10～15:40
さくら館	11/5(水)・19(水)
宮城野公民館	11:10～11:25
箱根中学校	12:55～13:10
元箱根集会所	11/19(水)
箱根集会所	11/5(水)・19(水)
箱根集会所	14:10～14:25
仙石原小学校	13:00～13:30
アレンジメントケア箱根仙石原	11/7(金)・21(金)
仙石原幼児学園	13:40～13:55
仙石原文化センター	14:10～14:40
仙石原文化センター	14:55～15:10

※巡回予定は変更になる場合があります。  
**照会先** 社会教育センター ☎82-2694

いつまでも健やかに過ごせるように、心と体の健康  
 づくりをしましょう。  
 紅葉も見頃です。散歩をしながら季節を味わってみ  
 ませんか。  
**〈健康長寿になるためのポイント〉**  
 ・地域活動や趣味活動に参加する。  
 ・ウォーキングや体操など、短時間でも毎日継続して運動する。  
 ・バランスの良い食生活を心掛け、できる限り自分で食事を作る。  
 ・「口」の健康をチェックする。  
 ・健康診断を受診し、病気の予防や早期発見、早期治療につなげる。

「健康・食育はこね21」  
**ここからチャレンジ!**  
**照会先** さくら館 ☎85-0800  
 Ⅱ高齢者の健康の目標Ⅱ  
 ◆「1日1度は外出し、誰かと話しましょう!!」



おんやみ(9/19) 10/18 受付分)	小澤	勝俣	高橋	倉田	柳川	倉田	鈴木
79歳	84歳	82歳	91歳	67歳	73歳	78歳	10/13
湯本	仙石原	湯本	湯本	大平台	強羅	箱根	

**Quiz クイズ**  
 正解者の中から抽選で3人の方に図書カードをプレゼントします。  
**【問題】** 箱根町における緊急地震速報や避難勧告など、人命に係る情報を確実に伝えるために配信される緊急速報メール・エリアメールは、箱根●●にいる人が対象です。  
 ●に入る漢字を教えてください。  
**応募方法** はがきに答え、住所、氏名、年齢、電話番号を明記し、応募してください。  
 ※町内在住の方のみ、1人1通応募できます。(町ホームページからも可)  
**応募期限** 11月10日(月)当日消印・着信有効  
**応募先** 〒250-0398 箱根町企画課  
**10月号の解答** 「一時使用」  
**当選者** 勝俣マサエさん(仙石原)  
 勝俣真由美さん(〃)  
 原三寿男さん(二ノ平)  
 ★当選おめでとうございます。

「各事業に役立ててください」と次の方々から善意の寄付がありました。皆さん、ありがとうございました。  
**〈箱根町資源保全基金(トラスト)〉**  
 ◎(一社)日本パーテンドール協会 関東統括本部湘南支部(支部長 石田盛人)様 3万円  
 ◎勝栄様 1万円  
 ◎塩川 緑様 シャワーチェア1台  
 ◎JANAかながわ西湘女性部様/JANAかながわ西湘助け合い組織すみれ会様 雑巾・タオル・布きれ  
**保健**  
 ◎箱根ライオンズクラブ(会長 榎本孝弘)様 献血記念品160個

**赤ちゃん誕生** (9月発行分)  
 誕生証明贈呈  
 徳永 奏ちゃん 9/4 悟志さん 仙石原  
 中田 唯ちゃん 9/1 正広さん 仙石原

**善意の寄付**  
 「各事業に役立ててください」と次の方々から善意の寄付がありました。皆さん、ありがとうございました。  
**レジ袋削減で地球にやさしく!**  
 石油を原料とするポリエチレン製のレジ袋は、1人当たり年間約300枚、全国では300億枚使用されているといわれています。買い物の際にマイバッグを持参しレジ袋をもらわないことで、ごみの減量化はもちろん、石油資源の節約にもなり、地球温暖化を促進する二酸化炭素(CO2)の削減にも取り組むことができます。マイバッグを持参し環境にやさしい生活スタイルを目指しましょう。  
**照会先** 環境課 ☎85-9565

