

おはなし会のお知らせ

絵本や紙しばいの楽しいおはなしが聞けます。どちらの会場においても、どなたでも自由に参加できます。

六郷地区 わくわくおはなし「夢ふうせん」

日時 ● 1月7日(土) 午前10時30分～午前11時

会場 ● 美郷町学友館 絵本の部屋

千畑地区 おはなしの会「しゃぼんだま」

日時 ● 1月14日(土) 午前10時～午前11時

会場 ● 美郷町北ふれあい館 第1研修室

仙南地区 おはなし「紙ひこうき」

日時 ● 1月21日(土) 午後2時～午後3時

会場 ● 仙南っ子児童クラブ

※新型コロナウイルス感染症の拡大状況により、開催中止や日時が変更となる場合があります。

☎ 美郷町学友館 ☎0187(84)4040

新型コロナワクチン接種について

新型コロナワクチンの集団接種は12月20日(火)で終了します。今後の接種を希望される方は下記へお問い合わせください。

☎ 美郷町ワクチン接種コールセンター

☎0120(56)8970(平日10:00～19:00)

後三年スキー場 12月24日(土)オープン!

今シーズンの後三年スキー場は下記のとおり営業します。料金は無料ですので、どうぞご利用ください。

コース概要 ● コース全長約200m

ロープトウ1基、Tバーリフト2基

営業期間	営業時間
12月24日(土) ～30日(金)	午前9時～午後5時
12月31日(土) ～1月1日(日・祝)	休業日
1月2日(月) ～13日(金)	午前9時～午後9時
1月14日(土) ～3月12日(日)	月曜日：休業日 火曜日～金曜日： 午後5時～午後9時 土曜日：午前9時～午後9時 日曜日：午前9時～午後5時 ※2月23日(木・祝)は午前9時から午後5時まで営業します。

※ゲレンデ状況や天候により、休業する場合があります。

☎ 後三年スキー場 ☎0187(83)2707

令和5年度 美郷町早期総合健診の申込み調書を配布します

各地区担当の健康づくり推進員が、令和5年4月から始まる「早期総合健診の申込み調べ」を全戸配布し、回収に伺います。

健診は健康管理の第一歩です。必ず記入し、回収日までに推進員へお渡しください。お申込みいただいた内容をもとに、令和5年3月に健診のご案内を配布します。

☎ 町福祉保健課 健康対策班 ☎0187(84)4900

スポーツ教室日程表

月日	曜日	内 容	時 間	場 所
12月16日	金	わくわく熟体操	10:00～11:30	総合体育館リリオス
12月20日	火	スポーツ教室	9:30～11:30	
		ウォーキング教室		
12月27日	火	スポーツ教室	9:30～11:30	
		ウォーキング教室		
1月17日	火	スポーツ教室	9:30～11:30	
		ウォーキング教室		
1月20日	金	わくわく熟体操	10:00～11:30	
1月24日	火	スポーツ教室	9:30～11:30	
		ウォーキング教室		
1月31日	火	スポーツ教室	9:30～11:30	
		ウォーキング教室		

※各教室は申し込み不要です。

参加料	教室内容	参加料金(保険料含)
	スポーツ教室 (卓球、ユニカール、ポッチャ、屋内グラウンドゴルフなど) ウォーキング教室 わくわく熟体操 (簡単なストレッチ、筋力トレーニングなど)	200円

☎ 美郷町総合型スポーツクラブ事務局
(美郷町総合体育館リリオス内) ☎0187(86)8300

令和4年度 第5回 美郷いきいき大学 男女共同参画出前講座を開催します

日時 ● 令和5年1月26日(木)

午後1時30分～午後3時

会場 ● 美郷町公民館 入場料 ● 無料

申込方法 ● 令和5年1月12日(木)までに電話で下記へお申し込みください(美郷いきいき大学生以外の方もぜひご参加ください)。

第1部 体操の時間

講座名：心をととのえ、ストレスに強くなる
こころの健康づくり講座

講師：由利 栄美氏(あきたF・F推進員、由利エンターテインメント代表)

内容：感染症のまん延や物価上昇、国内外での不幸な出来事などテレビや新聞などで見る情報に暗い気持ちになっていませんか?心を"今"に集中させ、心配や不安と上手につき合い、気持ちを落ち着かせ穏やかに過ごす方法について、めい想と椅子に座った簡単な体操で学びます。

※当日は動きやすい服装でタオル、水分補給用の飲み物をお持ちください。

第2部 朗読劇の時間

美郷町男女共同参画住民懇話会による朗読劇

今年度の美郷町男女共同参画川柳最優秀作品「助けあい 家族の笑顔 サキホコレ」をテーマに、住民懇話会委員が朗読劇を行います。

☎ 申込・問 (千畑)美郷町北ふれあい館 ☎0187(87)6550
(六郷)美郷町中央ふれあい館 ☎0187(84)2822
(仙南)美郷町公民館 ☎0187(84)4915
(一般)町企画財政課 ☎0187(84)4901