

# 運動

## スポーツ推進委員が スポーツ活動を支援します



スポーツ推進委員とは

スポーツ推進委員は、市から委嘱される非常勤職員で、市民の皆さんにスポーツの実技指導と、その他スポーツに関する指導・助言を行い、地域スポーツの普及と推進を図ることを任務としています。主な活動は、次のとおりです。

- ・スポーツの実技指導
- ・スポーツ活動促進のための組織の育成
- ・学校や公民館などの教育機関、その他行政機関が行うスポーツ行事や事業の協力
- ・スポーツ団体、その他の団体が行うスポーツ行事や事業の協力

### ニュースポーツ出前講座

スポーツ推進委員は、ニュースポーツなどの出張指導をします。レクリエーションなどの中で、ニュースポーツに挑戦してみたいという団体は、ぜひご検討ください。

○主なニュースポーツ キンボール、ドッチビー、ペタンク、ユニホック、ソフト

バレーボールほか

### ○注意事項

- ・スポーツ推進委員が担当するのは、ニュースポーツなどの指導で、レクリエーション自体を請け負うわけではありません。
- ・ニュースポーツの用具の借用が必要な場合、依頼者側で借用、返却を行ってください。
- ・指導中の参加者のけがなどについては、スポーツ推進委員は責任を負いませんので、依頼者側で傷害保険などにご加入ください。
- ・スポーツ推進委員への謝礼は、不要です。

- 申し込み期限 開催日の1カ月前までに、お申し込みください。
- 申し込み方法 文化スポーツ振興課へ依頼文書をご提出ください。
- ※依頼文書は、市公式ホームページからダウンロードできます。

問い合わせ・申し込み先  
文化スポーツ振興課スポーツ振興係  
☎21111 (内線364)

# 運動

## 市民プールがオープンします



夏本番が近づく中、いよいよ市民プールがオープンします。オープン当日の6月26日(日)は無料で利用できます。

家族や友人をお誘い合わせの上、ぜひお出掛けください。

営業期間 6月26日(日)～8月28日(日)

※期間中無休  
時間 午前10時～午後4時  
※ただし、7月23日(土)から

8月21日(日)までは、午前9時30分から午後6時まで

料金 高校生以上200円、小・中学生100円、幼児無料

※小学校3年生以下は保護者の同伴が必要です。

その他 B&G海洋センターのオープンは7月24日(日)です。詳しい内容は広報なかの7月号でお知らせします。

市民プール 0歳流水プール、幼児用プール、ウォータースライダー  
問い合わせ先  
市民プール営業期間中に  
いて  
市民プール  
☎7720  
市民プール営業期間外について  
文化スポーツ振興課施設管理係  
☎21111 (内線395)

# 健康

## 元気もりもり！健康体操

梅雨の時期になるとじめじめと湿気が多くなり、頭がボーっとなりません。そんな時は、脳トレで頭をスッキリさせましょう。

一人でできるカンタン!!  
グーとパーで頭スッキリ体操

- ・片手はパーの状態の前に突き出し、もう片方の手はグーの状態で胸の上まで引き出す
- ・左右の手で交互に繰り返します

- ・①とグーとパーの手を変えます
- ・慣れてきたところで①②を交互に行ってみましょう

【ポイント】

- ・テンポよく、リズムに合わせて行いましょう
- ・グーとパーを頭で意識しながら行いましょう

※監修 フィットネスクラブ エフバイエー中野 健康運動指導士

開催

# 音楽講習会



市と中野市音楽団体連盟では、市内の音楽愛好家や一般の方を対象に音楽講習会を開催します。

指揮者としてご活躍されている、作曲家の富澤裕さんを講師に招いて、合唱の指導をしていただきます。

合唱の経験の有無は問いません。合唱に興味があり、これから始めようと考えている方も大歓迎です。大勢の皆さんのご参加をお待ちしています。

参加費 無料  
主催 中野市・中野市音楽団体連盟  
申込期限 6月20日(月)(当日参加も受け付けます)

## 富澤裕 プロフィール

東京声専音楽学校卒業。同校オペラ研究科修了。作曲を西崎嘉太郎、青島広志の各氏に、指揮を野口政男、小林研一郎の各氏に師事。1995年、沖縄日伊オペラによるオペラ「阿麻和利」(新垣壬敏作曲)の初演を指揮。以来、合唱やオペラの指揮者として活躍している。近年は子供のための音楽に意欲を持ち、音楽之友社の雑誌「教育音楽」に作曲、編曲を連載、その多くがCDとなり広く歌われている。1990年から2001年まで母校の講師として後進の指導に当たるほか、日本オペラ振興会オペラ歌手育成部の講師(音楽理論)も勤めた。



▲昨年度の様子

問い合わせ・申し込み先  
文化スポーツ振興課文化振興係  
☎21111(内線394)

## 文化財

# 「山田庄左衛門家書籍目録」の刊行 (仮称)山田家資料館特別展の開催

## 「山田庄左衛門家書籍目録」

(仮称)山田家資料館で所蔵する書籍資料の目録を刊行しました。目録に掲載したのは、江戸時代初めから昭和20年代までの、約300年にわたって、山田家の当主が収集してきた書籍の全容で、江戸時代2030冊、明治以降1205冊を数えます。

## 特別展の開催について

幾多の災害を免れ、現代に伝わった書籍は、地域の歴史や文化を読み解く上で大変貴重な資料です。

重なる史料です。  
頒布価格 1200円(税込)  
頒布場所 (仮称)山田家資料館、生涯学習課(豊田支所内)、市立博物館

(仮称)山田家資料館では、「山田庄左衛門家書籍目録」出版記念事業として、「江戸時代書物を読む歴史」をテーマに目録掲載の書籍の特別展を行います。

この機会にぜひ(仮称)山田家資料館へお越しください。  
公開期間 6月11日(土)から6月19日(日)まで(ただし、14日(火)は休館)  
時間 午前10時～午後4時  
会場 (仮称)山田家資料館  
観覧料 無料  
※なお、公開期間以外の平日も予約制により公開しております。

お問い合わせ先  
(仮称)山田家資料館  
☎2955  
生涯学習課文化財係  
☎3112

## 読書

# 第3回中野市子ども読書活動「ファミリィ賞」募集



家庭読書の普及・啓発となる取り組みをした家庭に、中野市子ども読書活動「ファミリィ賞」を授与するとともに、「ファミリィ賞」を授与するとともに、取り組み内容を、市立図書館や市公式ホームページなどで紹介させていただきます。

在学しており、18歳未満のお子さんがいる家庭(過去の受賞、応募歴は不問)  
応募方法 所定の応募用紙に必要事項を記入し、郵送または直接提出してください。応募用紙は教育委員会事務局、市立図書館で配布しています。

応募内容 日ごろ家庭で行っている読書の取り組みの様子について

※なお、応募用紙は市公式ホームページからもダウンロードできます。

応募資格 市内に在住・在園

応募締切 12月27日(火)(必着)

賞品 賞状、額および図書カード(優秀賞以上)  
その他 詳しくは、市公式ホームページをご覧ください。  
市公式ホームページ  
<http://city.nakano.nagano.jp/>  
問い合わせ・提出先  
〒389-2192(住所記載不要)  
生涯学習課生涯学習推進係(豊田支所内)  
☎3112(内線543)