

スポーツセンター NEW リフレッシュプログラム

火	水	木	金	土	日
	バランス d e ボール 13:00 ~ 13:45	P A C E トレーニング 10:00 ~ 10:45		全身 ストレッチ 13:00 ~ 13:30	目覚まし エクササイズ 10:00 ~ 10:45
生活いきいき教室 14:00 ~ 14:45	登録講習会 14:00 ~ 16:00	リズムック シェイプ 14:00 ~ 15:00	シェイプアップ エアロ ビクス 19:00 ~ 20:00	筋トレエク ササイズ 13:30 ~ 14:30	登録講習会 14:00 ~ 16:00
	登録講習会 19:00 ~ 20:30				

祝祭日および当館の都合により、休講ならびに変更させていただく場合がありますのでご了承ください。
P A C E トレーニングの時間帯は、ハイドラフィットネスマシンの使用ができませんのでご了承ください。
登録講習会の受け付けは始まる10分前までにお越しください。

B & G 海洋センター スイミングスクール募集一覧表

コース	曜日	時間	定員	受講料	対象	内容
親子教室	水 土	10:30 ~ 10:30 ~	各 20組	6,000円 (月額)	4カ月 ~ 3歳 児と保護者	親子で水に親しむ クラスです
レイン ボー	水 木 木 金	12:00 ~ 10:30 ~ 12:00 ~ 12:00 ~	15人 10人 15人 15人		50歳以上の人	初級と中級に分 け、水慣れから泳 力に応じた練習を していきます
成 人	水 金	19:30 ~ 19:30 ~	各 20人	4,500円 (月額)	16歳以上の人	腰痛の予防緩和を 目指します
ボディ ケア	木 土	19:30 ~ 12:00 ~	各 20人			
アクア ビクス	金 日	10:30 ~ 11:00 ~	各 40人			水中で行うエアロ ビクスエクササイズ

受講時間は各コースとも1時間です

上記以外にも無料のアクアウォーキング教室があります

社会教育施設で体力づくりをしよう！

町のスポーツセンターや猪名川町B & G 海洋センターを利用して、筋肉低下を抑制し日常生活を楽しくエンジョイしましょう。

スポーツセンター

『トレーニングルーム会員登録』
トレーニングルームで、会員登録のための講習会を次のとおり行っています。

とき 水曜日の午後2時
同4時および同7時 ~ 同8時30分 日曜日の午後2時
同4時(受付はいずれも30分前) 左表のとおり
対象 高校生以上
持ち物 トレーニングウェア・室内シューズ・タオル
受講料 無料(講習会以降の使用料は町内居住者200円・町外居住者400円・高校生は、各料金半額)
伊丹市、宝塚市および川西市の居住者は、町内居住者と同様に扱います。
『生活いきいき教室』
日常生活を楽しく健康に、ふと日常生活で困ったことはないでしょうか？
たとえば、「何もない所でつまづいてしまう」「階段を上が

猪名川町B & G 海洋センター

温水プールでアクアビクスや水泳など、身体によい水中運動を始めませんか。
泳げない人、水に不安のある人にも安心して参加いただけます。
募集期間 随時
定員・受講料 左表のとおり

21世紀の主役たち

中学校の英語指導助手



真田町長と生徒達との関わり方について語り合うライアンさんとピータさん

町内3中学校のALT(英語指導助手)として、姉妹都市であるオーストラリアのパラット市からライアン・オリヴァーさん(写真左)とピータ・トレイシーさん(写真右)の2人を4月から迎えました。

町長 パラット市から町内3中学校に英語力をつけるため、来日してくれて嬉しく思っています。私が外国人として、生徒達は大変興味深く接してくれました。

心が通じ合う英語教育

ライアン 中谷・六瀬中学校で英語の授業以外に、剣道の朝の練習をしています。とても楽しいです。
町長 生徒達を見てどう感じますか。
ライアン 英語を聴いてもあとづせず対応してくれます。しかし、国際的なものを見て打ちこわしをするなんて、すごい決意だなと思いました。

方を養うことが必要だと思います。

ピータ 英語力を高めるだけでなくパラット市の文化も含めて教えていきたいです。

町長 先生方といっしょに授業できるだけでも国際的視野が広がりますし、そこで英語を学べることは、生徒達にとって幸せなことだと思います。

ピータ いつでも心温かく接してくれています。「ハロー」とか「こんにちは」と声を掛けてくれると嬉しくなります。

町長 町の自然のなかで心豊かな生徒を教育してほしいです。先生方も楽しんでから経験を増やして欲しいです。

また、すばらしい教育環境が先生方の力でできると思います。

ライアン 町民の方と街で出会ったときは、気軽に声を掛けてほしいですね。

町長 これから梅雨の蒸し暑い時期になりますが、健康には留意し、頑張ってください。

人権作文

ていきました。そして、ふじ村から、「一緒に打ちこわしをしよう。」という申し出が出て、武士からも、

ぼくは、「よもぎつみ」を勉強して、最初はあかね部落がすごくかわいそうで、すごくひさんだと思いました。それは、まわりから差別されるし、小さい赤ちゃんの命を問引いたり、そんなことをしても生きていけないからどうかわからないからです。

「よもぎつみ」を学習して

でも、おまつの赤子の命を守るうとするし、ゆな念が、あかね部落の人たちの心を変えました。
「この赤子の命だけは、守ってあげよう」という気持ちに変わっ

した。あかね部落の人は、ずいぶんやんだと思います。けど、赤子の弱々しい泣き声と、それをあやすおまつの声を聞き、あかね部落の人々は、ふじ村と協力して打ちこわしをしたと思います。ぼくは、あとで死ぬかも知れないのに、ふじ村と協力

して打ちこわしをするなんて、すごい決意だなと思いました。しかも、その決意の理由は、武士の方につけば、あとでどうびをもらえるけど、ふじ村には差別され続ける。それでは、今までと同じ様になってしまふ。そして、ふじ村と一緒にこれから協力していけば、農民どうしを二つに分けて、仲間われさせようとする武士の考えをくつがえすことができる。差別の苦しみがないこれらのあかね部落の未来を考へての決意だと、ぼくは思いました。

やまだ 山田 遥葵ちゃん
1歳5カ月(松尾台)



なんでもお兄ちゃんと一緒のおてんば はるき。いつまでも仲良くな。

父 純也・母 千弘さん

なかばやし ひじり 中林 聖ちゃん
1歳4カ月(杉生)



お兄ちゃんが大好きな女の子。聖の笑顔で皆もニコニコになります。元気いっぱい大きなあれ!

父 孝弘・母 あゆみさん

はい！ポーズ