

## 冬季健康づくり

室内ゴロツケーなどを行います。貸し出し用具はありますが、できるだけ各自で用意してください。  
**開放期間** 12月～令和5年3月(団地住民センターだけ11月から)  
 ＊年末年始と祝日を除きます。  
**会場・日程・時間**

会場	日程	時間
団地住民センター	第1・3日曜 (1月だけ第2・4日曜)	9時～12時
総合体育館	第2日曜	
輪厚児童体育館	毎週水曜	10時～12時
西の里ファミリー体育館	毎週木曜	
大曲ファミリー体育館	毎週水曜	

**持ち物** タオル・室内用運動靴・飲み物  
 ＊動きやすい服装で来てください。  
 ＊当日の申し込みもできます。  
**申込み** 社会教育課(内線4845)

## シャベル☆きたひろ

〈わたしと家族の相続講座〉  
 「相続」が「争族」にならない

ための準備を始めませんか。  
**日時** 11月16日(水) 10時～12時

**内容** 相続の基本、生前贈与の有効性、争族回避のポイントなど  
**講師** 明治安田生命チーフコンシユルジユ 松野由季子さん  
**定員** 先着20人  
**申込み期限** 11月9日

〈忙しい主婦(主夫)でもできるカンタン栄養料理〉  
**日時** 11月19日(土) 10時30分～13時  
**内容** 「今年も慌てない!1日でできちゃうラクラクおせち」飾り巻き寿司、フライパンで伊達巻き、鶏ハムを作る  
**講師** 管理栄養士 浜田久美子さん  
**定員** 先着12人  
**参加料** 800円(材料費)  
**持ち物** エプロン・三角巾・包丁  
**申込み期限** 11月10日

〈共通事項〉  
**対象** 市内にお住まいの方  
**会場** 中央公民館  
**申込み** 社会教育課(内線4844)



## 体育協会事業

〈室内ゴロツケー教室〉

ゴロツケーは専用の木づちでボールを打ち、カップに入れるゴルフ

フに似たスポーツで北広島が発祥です。  
**対象** 市内にお住まいの方  
**日時** 11月25日～12月23日の各金曜 13時～15時(全5回)  
**会場** 総合体育館  
**定員** 先着20人  
**参加料** 全5回1500円(保険料を含む)  
**持ち物** 室内用運動靴・用具一式  
 ＊用具がない方には貸します。  
**申込み** 11月22日までにスポーツ協会(総合体育館内・☎372-0808)

〈北広島アーチエリー協会 秋季アーチエリー教室〉  
**対象** 小学4年～75歳くらいの初心者  
**日時** 11月11日～30日の各水・金曜 18時45分～20時30分(11月18日を除く・全5回)  
**会場** 総合体育館  
**内容** 弓の張り方、基本姿勢など  
**参加料** 全5回2000円  
**持ち物** 室内用運動靴・タオル  
 ＊上半身にボタンがなく、だぶつかない服装で来てください。  
**申込み** 11月7日までに北広島アーチエリー協会・近江谷(☎・FAX 373-7166)



## 多文化共生を考えよう in北広島

市内に住む外国人は増加傾向にあります。外国人との共生やコミュニケーションの手法について一緒に考えてみませんか。

**対象** 市内にお住まいの方  
**日時** 11月18日(金) 14時～16時30分(開場13時30分)  
**会場** 市役所1階多目的室  
**講師** 北海道大学非常勤講師 式部絢子さん  
**定員** 30人程度

**申込み** 11月10日までに電話、ファクス、電子メールで北海道総合政策部国際局国際課多文化共生係(☎204-5114・FAX232-4303・電子メールsomu.kokusai1@pref.hokkaido.lg.jp)

＊二次元コードからも、申し込みます。



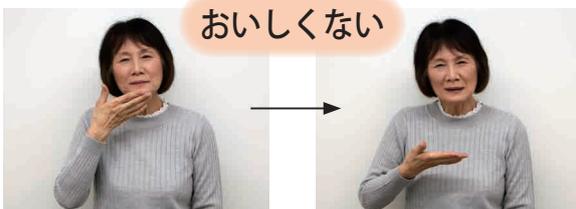
## 手話に挑戦してみませんか⑩

市では「北広島市手話言語条例」を施行しました。日常生活で使用できる簡単な手話を紹介します。



おいしい

右手の平で右ほほを軽くたたく



おいしくない

右手の平を顎に当て、前にはじくように出す

問合せ 福祉課 (内線2141)