



**市民文化祭出展作品・参加者募集**

- 日程／11月1日(土)・2日(日)
- 場所  
〔芸能発表〕総合文化センターかなで  
〔作品展示〕公民館
- 応募資格／市内在住の方または市内で活動する団体・サークル  
〔芸能発表〕
- 団体・サークルのみ15分以内(入出り時間含む)
- 〈作品展示〉  
個人1人2点まで。団体・サークルは会場スペース内に展示。
- 申込期限／8月22日(金)
- 申込方法／窓口または電話

公民館  
74・2000  
77・8617

**募集します**

お知らせ  
Information

**第19回 北斗市少年少女兼 市民駅伝競走大会**

- 学校の友人や気の合う仲間、職場など、チームで走ってみませんか?
- 日時／9月23日(火・祝)
- 受付／午前8時30分
- 開会式／午前9時
- スタート／午前9時30分
- 場所／運動公園多目的広場
- 応募資格  
▽小学生の部／市内の小中学校または市内のスポーツ少年団・クラブなどに在籍する小中学生  
▽一般の部／市民または市内の事業所に在勤、高校に在学する方
- 種別／小学生男子の部・小学生女子の部・中学生男子の部・中学生女子の部・一般の部
- 区間／全部門 4区間 7・95km
- チーム編成  
監督1名、選手4名〜6名以内

- 申込期限／9月5日(金) 午後5時
- 申込方法／北斗スポーツクラブホームページよりダウンロードした申込用紙を総合体育館窓口またはメールで提出。
- 申込アドレス info@hokuto-rossnet

**北斗スポーツクラブNOS イベントのお知らせ**

- ちびりんぴっく  
ちびっこオリンピック!おもちゃだらけの誘惑レース会場で5分以内にゴールを目指そう。  
ハンドメイド用品の販売、一息できる整体、コーヒー等のブースもあります。
- 日時／9月14日(日) 午前10時
- 場所／総合体育館
- 対象  
生後3ヶ月から1歳6ヶ月の誕生日を迎えたお子さん
- 定員／100名
- 参加費／無料
- 持ち物／上靴(保護者のみ)
- 申込期限／9月9日(火)
- 申込方法／総合体育館窓口または申込フォーム



申込フォーム

**トランポリン教室**

- 様々な大きさのトランポリンを跳んで楽しみましょう!
- 日時  
8月19日(火) 午後7時〜午後8時
- 場所／総合体育館
- 対象／中学生
- 参加費／500円
- 申込方法／総合体育館窓口または申込フォーム



申込フォーム

**ダイエットアカデミー**

ダイエットに一番必要なことは我慢しないこと、自分の個性に合っていること。この講座では、FSEM®(エフセム)方式を利用しながら、痩せるための食事、運動、環境づくりを学びます。今回こそダイエットを成功したい方、もうリバウンドしたくない方、ぜひご体感ください。

- 日時  
9月19日〜11月28日の毎週金曜日(全10回・10月31日は休講)  
午後7時〜午後8時
- ※1回から受講可能です
- 場所／総合体育館
- 対象／18歳以上
- 講師／鈴木麻理子氏(JMA認定FSEM®ダイエットトレーナー)
- 定員／先着10名
- 参加費  
一般 チケット 2枚  
会員 チケット 1枚
- ※チケットは1枚500円で、総合体育館窓口にて販売
- 申込方法／総合体育館窓口または申込フォーム

**教育委員会社会教育課**

74・2000



申込フォーム

**休館日のお知らせ**

施設名	8月	9月
総合体育館	26日(火)	29日(月)
スポーツセンター	休館日なし	休館日なし
浜分体育センター		
久根別体育センター		
茂辺地体育センター		
市民プールかみんぐ	毎週月曜日(11日を除く)12日(火)・13日(水)	毎週月曜日(15日を除く)16日(火)・17日(水)・24日(水)
第2市民プール	毎週月曜日(11日を除く)12日(火)	毎週月曜日(15日を除く)16日(火)・24日(水)
本館	毎週火曜日	毎週火曜日(23日を除く)24日(水)
分館	毎週月曜日(11日を除く)12日(火)	毎週月曜日(15日を除く)16日(火)
郷土資料館	毎週月曜日(11日を除く)12日(火)	毎週月曜日(15日を除く)16日(火)

市民プールかみんぐ 小中学生無料開放のお知らせ  
毎月第3土曜日・午前10:00〜正午 8月16日(土) 9月20日(土)

**スポーツ&水泳教室参加者募集**

市内在住または在勤の方が対象です。受講料は無料です。窓口またはお電話でお申し込みください。

親子たいそう教室	大人のマルチたいく教室	シニアうんどう教室	成人初心者水泳教室2
器具や用具を使って体力づくりを行い、親子の交流を図ります。	ストレッチやスポーツ全般の軽い運動を行い、運動不足を解消します。	体幹・筋力トレーニングを行い運動する習慣、怪我予防を図ります。	成人を対象とした初級〜中級の水泳教室。基本のフォームを習います。
開講日 8/18・25・9/1・8の月曜日(全4回)	8/22・29・9/5・12の金曜日(全4回)	8/20・27・9/3・10の水曜日(全4回)	
時間 15:30〜16:20	19:00〜20:00	9:30〜10:30	13:00〜14:00
対象 2歳〜4歳の幼児とその保護者	20歳以上の方	50歳以上の方	20歳以上の男女
定員 15組	30名	40名	先着20名
申込み期間 8/17(日)まで	8/21(木)まで	8/19(火)まで	
会場・問 総合体育館 73-6481(受付時間/9:00〜17:00)		第2市民プール 77-6510(受付時間/10:00〜17:00)	

**かなで〜る情報**

**チケット情報**

ホームページも要チェック!



スペースファンタジーライブ in ほくと チケット好評発売中!	開催日時 9/28(日) 開場13:15 開演14:00
相川七瀬30th Anniversary LIVE2025 チケット好評発売中!	入場料 一般/1,500円 中学生以下/500円 未就学児/無料
DRUM TAO THE BEST LIVE 北斗公演 チケット好評発売中!	開催日時 10/12(日) 開場16:00 開演17:00
スターダスト☆レビュー45周年ツアー2025〜27 「星屑冒険王」ア・カペラ & アコースティック編 8/7(木) 10:00〜 一般販売開始!	入場料 一般/6,000円(当日500円増)
	開催日時 10/13(月・祝) 開場15:45 開演16:30
	入場料 一般/6,000円
	開催日時 11/20(木) 開場18:00 開演18:30
	入場料 一般/7,000円(当日500円増)

問 北斗市かなで〜る協会 74-2000

**WAKU WAKU 図書館 本を読もうよ!**

**絵本 文庫本 の無料譲渡会を**

申込不要! どなたでも参加できます。開催します!

日時: 8月17日(日) 午前10:00〜正午  
場所: 総合文化センター かなで〜る エントランス  
★本を入れるための袋を各自お持ちください。  
★持ち帰りは、一人につき10冊(うち絵本は最大5冊)までです。

『物語の舞台はどこ? ~小説で旅気分 日本編』  
〔本館・分館〕

47道府県を舞台にした小説を展示します。気になる場所の物語を探してみても、いかがでしょうか?

8月の  
特設コーナー

『怖い話』〔本館〕  
夏の定番、怪談、ホラーの本を特集します。涼しくなれますように。

