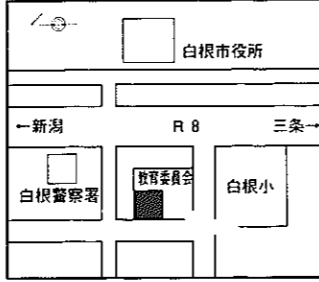
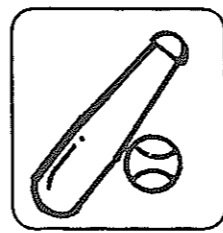


カルチャーセンター ☎373・6311
 上下諏訪木1811 開館＝9時～22時
 休館日＝第3月曜日 ランニングコース、
 トレーニングルーム、柔道場ほか

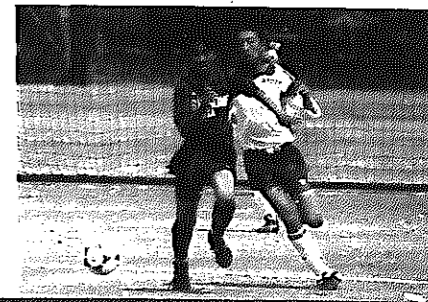
しろね大風と歴史の館 ☎372・0314
 上下諏訪木1770-1 開館＝9時～17時
 休館日＝水曜日 風のミュージアム、
 3D映像室、風工房、風洞実験室ほか



市立図書館 ☎373・2810
 開館＝9時～17時
 (火・金は20時まで)
 休館＝第2・4月曜
 と祝日 貸し出し＝
 1人1回4冊以内、
 2週間まで



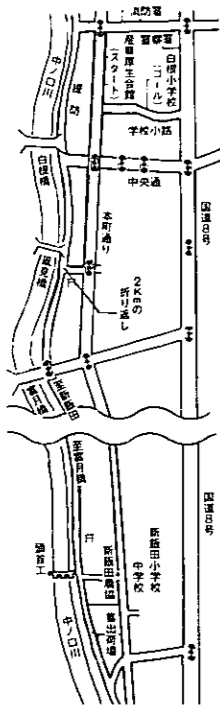
文化・スポーツ



規 第10回記念白根マラソン大会 交通規制にご協力ください

第10回白根マラソンが5月12日(日)に行われます。当日、午前8時30分から正午まで下図の区間で臨時交通規制が実施されます。係員の指示に従ってください。ご協力をお願いします。選手は厚生会館前を午前9時30分にスタートします。ご声援をお願いします。

白根マラソン 交通規制図



※問い合わせは
カルチャーセンター☎373・6311へ

教 カルチャーセンター サッカースクールに参加しませんか

小学生を対象としたサッカースクールです。奮って参加ください。
■とき 5月21日～6月25日の毎週火曜日(6月11日を除く) 5回コース
 午後3時30分～5時 **■ところ** カルチャーセンターグラウンド **■対象**
 市内の小学3～5年生 **■定員** 40人(先着順) **■参加費** 2,000円(保険代ほか) ボールは各自用意 **■申込期間**
 5月6日(休)～5月17日(金) **■申込先・問い合わせ** カルチャーセンター ☎373・6311

催 市スポーツフェスティバル ソフトテニス ～全日本クラス選手を迎えて～

市スポーツフェスティバル「ソフトテニスの部」として、全日本クラスの現役プレイヤーを迎えての合同練習会や模範試合が行われます。ぜひお出掛けください。
■とき・内容 6月1日(土)の午後1時～合同練習会 2日(日)の午前10時～午後4時・講習会と模範試合 **■ところ** 白根市テニスコート **■対象**
 ソフトテニス愛好家ほかどなたでも **■問い合わせ** カルチャーセンター ☎373・6311

大 奮ってご参加ください 下越地区ターゲット バードゴルフ大会

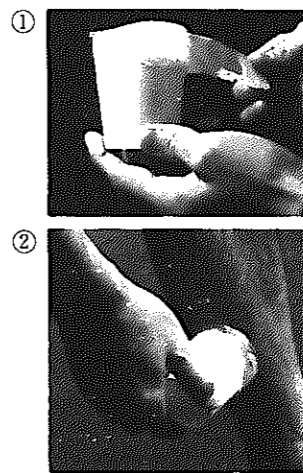
第8回下越地区スポーツフェスティバルターゲットバードゴルフ大会が開かれます。奮って参加ください。
■とき 6月2日(日) 開会式＝午前9時～ **■ところ** 白根総合公園 **■部門** 一般の部 **■チーム編成** 1チーム4人(男女比は自由) **■参加費** 1人500円 **■申込期限** 5月17日(金) **■申込先・問い合わせ** カルチャーセンター ☎373・6311

5月のカルチャーセンター

3日(金)	成人式
11日(土)	石崎杯バスケットボール大会、白根地方柔道有段者会
12日(日)	白根地方柔道有段者会
19日(日)	かんぼバレーボール大会 市テニス選手権
26日(日)	スポーツフェスティバル～福原愛ちゃんほか～ チャリティーダンスパーティー
■休館日 第3月曜日(5月は20日)	

●スポーツ豆知識② 紙コップを使ったアイシング(冷却法)

ねんざや肉離れ、打撲などで、患部を冷やすときには、紙コップを使ったアイシング(冷却法)がとても便利。氷を直接持つよりもマッサージがしやすく、患部を確実に冷やせます。
 コップいっぱい水をを入れて冷蔵庫で凍らせておきます。溶け具合に合わせて、コップをむしり取りながら使います(1)。あらかじめコップに1センチ程度の切れ目を入れておくと取りやすくなります。患部中心に円を描くようにソフトにマッサージしましょう(2)。筋肉のはりや、痛み、炎症を押さえる効果があります。



文化スポーツ振興基金への寄付 (3月31日現在)

団体…市テニス協会、白根スキークラブ、大郷地区自治会連絡協議会、能登連合町内会、基金をつくる会事業会計 法人…(有)白根中央自動車学校、商工会鷺巻支部、(有)佐藤衛生工業 個人…田沢靖子、小田信雄、関根正八、富井一男、岡田市太郎 **募金箱**…市役所(企画財政課、総務課、都市整備課、農政課、市民生活課、建設課、税務課、商工観光課、農業委員会、福祉事務所、議会事務局、ガス水道局、食堂、職員組合)、学校教育課、図書館、カルチャーセンター、保健センター、理科センター、給食センター、教育センター、老人センター、厚生会館、消防署、白根小、新飯田中、衛生センター、保育園(中央、新飯田、茨曾根、上八枚、小林、白根、諏訪木、古川、根岸、大通、大鷲、白井、四ツ興野、大郷児童館) 地域生活センター(新飯田、庄瀬、小林、白井、鷺巻、根岸、大通)、農協支所(新飯田、茨曾根、庄瀬、小林、大郷、鷺巻)、白根商工会、(有)小原自動車

図書館情報

●今月の受け入れ図書

▶新築物語/清水義範 ▶母の発達/笹野頼子 ▶雪堂/大沢在昌 ▶風の如く水の如く/安部竜太郎 ▶北のジム/内海隆一郎 ▶明るい街へ/北方謙三 ▶炎のように抱きしめて/藤水名子 ▶月と五人の男/三神弘 ▶独眼竜政宗 上・下/津本陽 ▶Sly/吉本ばなな ▶虹の八番目の色/連城三紀彦 ▶狂躁の日々/中平まみ ▶われ天の子たらん/狩野あざみ ▶殺手(サーン)/荻史朗 ほか多数

患者よ、がん闘うな

近藤 誠
 抗がん剤は命を縮める元凶。手術は無用、検診は無駄。ではどうすべきか。従来のがん治療を一変させた革命書。

ふたりの恋人

赤川次郎
 探偵の忠男が助けたのは友人の信一の恋人の一人だった。彼女は行方不明に、そして別の恋人が殺されて…。

あなたも風博士.....

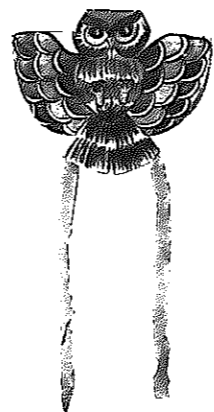
文・田村和雄(大風と歴史の館 運営委員会委員長)

フクロウ風 (タイ)

タイのコブラ風は有名で、以前に紹介しました。フクロウ風も人気の高いポピュラーな風です。バンコクの王宮前の広場は、いつも風揚げを楽しむ人でにぎわっています。その一角でフクロウ風がコブラ風と並んで売られています。パタヤの風揚げ大会の会場近くでも数千軒もの風屋が店を開き、風が売られていました。

簡単に作ることができる風です。ほとんどは、仕事の片手間に作られるとのこと。手がきです。デザインも作り手によってさまざまです。羽根は赤や緑、黄や青など色彩豊かです。中国や東南アジアでは鳥や虫、魚などを形どった細工風が多く作られています。特にタイの奇抜なアイデアには驚かされました。SL、戦車、バスなどなど。博物館ではワニの風だったという骨組みも展示されていました。

フクロウ風はタイの子供たちに愛されている風の一つです。



●アムレスリング大会 力いっぱい試合に 大きな声援

三月十七日、「出会い、そして友情」をテーマに青年教育センターで開かれた第二回アムレスリングインしろね場所。県内初の車いす大会も併せて開催され、県内外から延べ約百六十人が参加しました。

車いすの部では、スタッフが車いすを支える中、選手たちは力いっぱいプレーしました。無差別級では、全国大会出場者も参加。手に汗握る試合が次々に展開され、会場から大きな声援が送られていました。

大会結果は次のとおりです。(本市関係のみ掲載。敬称略)

- 小学生低学年の部 ①樋口健介 ②星野友希 ③星野なおこ ●一般女子の部 ④皆川和子 ●車いすの部 ⑤洪川伸一 ●一般男子ライトハンド72kg以上級 ⑥坂井雄治 ●一般男子レフトハンド72kg以上級 ⑦阿部倫也

