

歴史・健康ウォーキングの参加者を募集します

晩秋、肌にしひんやりとした風を感じる季節、大文字山登山道で汗を流してみませんか。大文字山火床から澄みきった秋の空の下、この季節限定の素晴らしい京都市内展望を満喫しながら楽しくウォーキングしましょう。どなたでもお気軽にご参加ください。

- 日程** 10月24日(土) (雨天中止)
- コース** 地下鉄蹴上駅一日向大神宮一七福思案処一大文字山山頂(466m)一大文字山火床(330m)一弘法大師堂一銀閣寺一銀閣寺道バス停(歩程6.3km)
- 集合場所・時間** 園部駅改札口前:午前8時10分、二条駅西側:午前9時20分
- 解散場所・時間** 銀閣寺:午後3時(京都駅または円町駅行きは市バスあり)
- 対象** 1人で7km以上歩ける方(歩くのに付き添いが必要な方はご遠慮ください)
- 注意** ・参加者は自己の責任で、健康管理をしてください。
・前日夜のNHKの天気予報で、行先(京都南部)の午前、午後いずれかの降水確率が50%以上の時は中止とします。
- 持ち物など** 保険証のコピー、弁当、水筒、汗ふきタオル、帽子、手袋。当日は歩きやすい服装と履き慣れた靴でお越しください。ストックをお持ちの方はご持参ください。
- 参加費用** 300円(保険代ほか)、(交通費などは各自ご負担いただきます。また、健保会会員は参加費用の300円(保険代ほか)を免除します)
- 参加・入会の申込方法** 10月22日(木)までに下記申込・問合せ先にご連絡ください。
※申し込みの取り消し、欠席がある場合は必ずNantan 健歩会まで連絡してください。

◇申込・問合せ先 Nantan 健歩会(木村) TEL (0771) 62-3370
健康課 TEL (0771) 68-0016

第35回北桑田高校美山分校文化祭を開催します

- 日時** 11月7日(土) 午前9時5分～午後2時30分、8日(日) 午前11時～午後2時30分
- 場所** 北桑田高校美山分校体育館
- 内容** <7日(ステージ発表・展示)> 合唱(Someday、月光花、虹ほか)、演劇(学園もの)、バンド演奏、育友会(合唱)、教職員劇(シンデレラ)、家政科ファッションショー、物作り(ゲイラカイト)、ビデオ劇上映、陸上部全国大会ビデオ上映
<8日(模擬店・バザー・展示)> 農業科模擬店(キビもち、分校スペシャルスバゲティ、ピザパン)、農業科野菜販売(キャベツ、白菜、大根、椎茸、その他)、家政科模擬店(パウンドケーキ、クッキー、スイートポテト、栗おこわ)、育友会模擬店(雑煮、飲み物、フリーマーケット)、たにしの会模擬店(ポップコーン)、生徒会ステージ企画(福引き、ダンス、バンド、その他)
※マイバッグをご持参されてのお買い物には特典を用意しています。

◇問合せ先 北桑田高校美山分校 TEL (0771) 75-1129

平成21年度南丹市介護者教室を開催します

男性介護者による高齢者などが食べやすい食事を一緒に作りませんか。調理後は、食事をしながらお互いの思いを語り合います。都合の良い会場にご参加ください。

日時	場所	講師
11月5日(木) 午前10時～午後4時	美山基幹集落センター	やよい会
11月10日(火) 午前10時～午後4時	園部公民館	あじさいの会
11月20日(金) 午前10時～午後4時	日吉はーとびあ	有志
11月27日(金) 午前10時～午後4時	八木公民館	くるみの会

- 対象** 男性介護者 ●**持ち物** エプロン
- 申込方法** 各開催日の1週間前までに下記申込・問合せ先に電話でお申し込みください。

◇申込・問合せ先 南丹市社会福祉協議会 本所 TEL (0771) 72-0950
各支所 TEL 園部 (0771) 62-4125 八木 (0771) 42-5480
日吉 (0771) 72-0947 美山 (0771) 75-0020

丹波自然運動公園からのお知らせ

- <テニス大会>
- 日時** 11月4日(水) 午前9時～午後4時 ●**場所** テニスコート
- 定員** 男女別ダブルス各32組 ●**参加料** 1チーム:1,000円
- 内容** 予選リーグ、決勝トーナメント ●**申込期間** 10月14日(水)～28日(水)
<第3期女性スポーツ教室・テニス教室>
- 日時** 11月11日～12月16日の各水曜日
女性スポーツ:午前9時45分～11時30分、テニス:午後1時30分～3時30分
- 場所** 体育館、テニスコート ●**定員** 女性スポーツ:30人 テニス:50人
- 対象者** 女性スポーツ:18歳以上の女性、テニス:18歳以上の方
- 参加料** 女性スポーツ:3,000円、テニス:4,000円
(保育ルームあり。託児1人:2,400円)
- 内容** 女性スポーツ(健康体操、軽スポーツ)、テニス(初心者、初級者)
- 申込期間** 10月18日(日)～31日(土)
- <共通事項:申込方法> 申込期間内にはがき、FAXで住所、氏名、年齢、電話番号を下記申込・問合せ先にご連絡の上、お申し込みください。

- <丹波公園まつり>
- 日時** 10月24日(土)～11月8日(日) ●**場所** 中央広場、陸上競技場など
- 内容** 菊花展(南丹市などの菊愛好家による作品展示、菊の五重の塔展示)、11月3日:口丹波ふるさと特産展うまいもの市、京都丹波ロードレース大会など
- ◇申込・問合せ先 丹波自然運動公園 TEL (0771) 82-0560 FAX (0771) 82-0480
〒622-0232 船井郡京丹波町曾根崩下代110-7

南丹市情報センター なんとんテレビ(自主放送) 番組表(2009年10月15日～10月31日)

TEL:(0771)63-1777 / FAX:(0771)63-1682 / Mail:sictv@sic.cans.ne.jp 土・日は営業 / 月曜・祝日は休館です

南丹市くらしのあんない版

～南丹市役所からのお知らせです～

- 10月15日【木】20時・22時
16日(金) 7時・9時・12時・15時・18時・20時・22時
17日(土) 7時・9時・12時・15時・18時

人権尊重啓発番組 ふれあいひろば

- 10月15日【木】20時半・22時半
16日(金) 7時半・9時半・12時半・15時半・18時半・
20時半・22時半
17日(土) 7時半・9時半・12時半・15時半・18時半

週刊ニュース もぎたて☆テレビ

- 10月17日【土】20時・22時
18日(日) 7時・9時・12時・15時・18時・20時・22時
19日(月) 7時・9時・12時・15時・18時・20時・22時
20日(火) 7時・9時・12時・15時・18時

「新庄小学校 運動会」

- 10月17日【土】20時半・22時半
18日(日) 7時半・9時半・12時半・15時半・18時半・
20時半・22時半
19日(月) 7時半・9時半・12時半・15時半・18時半・
20時半・22時半
20日(火) 7時半・9時半・12時半・15時半・18時半

「川辺小学校 運動会」 「西本梅小学校 運動会」

- 10月20日【火】20時・22時
21日(水) 7時・9時・12時・15時・18時・20時・22時
22日(木) 7時・9時・12時・15時・18時

ふくしの森

～福祉施設の活動紹介や行事のご案内です～

- 10月22日【木】20時・22時
23日(金) 7時・9時・12時・15時・18時・20時・22時
24日(土) 7時・9時・12時・15時・18時

週刊ニュース もぎたて☆テレビ

- 10月24日【土】20時・22時
25日(日) 7時・9時・12時・15時・18時・20時・22時
26日(月) 7時・9時・12時・15時・18時・20時・22時
27日(火) 7時・9時・12時・15時・18時

「園部第二小学校 運動会」

- 10月24日【土】20時半・22時半
25日(日) 7時半・9時半・12時半・15時半・18時半・
20時半・22時半
26日(月) 7時半・9時半・12時半・15時半・18時半・
20時半・22時半
27日(火) 7時半・9時半・12時半・15時半・18時半

「大野小学校 運動会」 「知井小学校 運動会」

- 10月27日【火】20時・22時
28日(水) 7時・9時・12時・15時・18時・20時・22時
29日(木) 7時・9時・12時・15時・18時

「宮島小学校 運動会」 「園部小学校 運動会」

- 10月29日【木】20時・22時
30日(金) 7時・9時・12時・15時・18時・20時・22時
31日(土) 7時・9時・12時・15時・18時

週刊ニュース もぎたて☆テレビ

- 10月31日【土】20時・22時
11月1日(日) 7時・9時・12時・15時・18時・20時・22時
2日(月) 7時・9時・12時・15時・18時・20時・22時
3日(火) 7時・9時・12時・15時・18時

テレビ週報(インフォメーション)

(毎日)11:00/14:00/番組の後ろ(変更あり)

JATピックス(JA京都 提供)

(毎日)6:00/11:30/19:30/21:30

★放送内容が、一部変更になる場合もありますので、
京都新聞丹波版「まちかどガイド」または、南丹市情報センターのホームページをご覧ください。
★南丹市情報センターのホームページ「なんとんネットワーク」で、一週間のニュースがご覧になれます。
<http://www.cans.ne.jp/> なんとんネットワーク