

講習会を開催します

● 中高年のための初心者水中運動教室
 日時 水曜日コース...10月1・15・22・29日の水曜日、19時～20時 金曜日コース...10月3・17・24・31日の金曜日、10時～11時 内容呼吸法とストレッチ、下半身と上半身の強化方法など 対象40歳以上で初心者の方 健康状態のチェック表を提出していただきます 定員15名 費用2千円(ほかに施設利用料が必要) 申込み9月23日、9時からサンパーク奥宮(電話は不可、申し込みは一人1名分のみ)

● IT講習会 初心者コース

文字入力、インターネットの利用、メールの送受信などを行います。

講習名	日 程	受付日	テキスト代
1	9月27・28日、10月1・2日	9月20日(土)	700円
2	10月11・12・15・16日		
3	10月18・19・22・23日		

初級ワードコース

文字の装飾、文書作成などを行います。

講習名	日 程	受付日	テキスト代
1	10月25・26・29・30日	10月18日(土)	1,500円
2	11月8・9・12・13日		

初級エクセルコース

表計算、グラフの作成などを行います。

講習名	日 程	受付日	テキスト代
1	11月15・16・19・20日	11月8日(土)	1,500円
2	11月22・23・26・27日		

いずれも土・日・水・木曜日の9時～12時、全4回

対象市内在住・在勤の20歳以上の方で、そのコースを過去に受講したことがない方 ワード、エクセルコースは文字入力とマウス操作ができる方 定員各回8名(多数は抽選) 申込み受付日の9時～9時15分にサンパーク奥宮(電話は不可、申し込みは一人1名分のみ)

● ビデオ無料映写会(多目的ホール) 秋の夜長は、名作日本映画をお楽しみください。

日 時	上映映画
9月20日、18時から	不毛地帯
10月18・19日(土・日) 18時から	居酒屋兆治
11月15・16日(土・日) 18時から	家族ゲーム

太陽光・太陽熱を活用した施設です
 地球温暖化防止やダイオキシン対策など環境問題に配慮し、自然エネルギーである太陽エネルギーを有効に活用しています。そのために屋上に558枚の太陽電池と165台の真空ガラス式太陽熱集熱器を設置し、施設で使用する電気と給湯の一部をまかなっています。

<平成14年度実績>

太陽光発電	有効電力量	94,155kwh
	重油削減量(換算値)	20,423kg
太陽熱(熱エネルギー発生量)	集熱量	190,356,330kcal
	重油削減量(換算値)	20,579kg

施設利用料金

多目的ホール

利用する時間帯、装置の種類などにより料金が異なります。また、営利を目的とした利用については、料金が加算されます。

会議室

午前	午後	夜間	全日
9時～12時	13時～17時	18時～21時	9時～21時
500円	600円	600円	1,500円

個人利用施設(2階)

区 分	2時間まで	2時間を超え1時間増ごと
一 般	300円	150円
小・中学生、65歳以上の方	150円	70円

施設利用料金は市内在住・在勤・在学の個人と団体、所沢・飯能・入間市在住の個人と団体の料金です。それ以外の個人・団体による利用は5割増しとなります

利用上の注意

館内は禁酒・禁煙です。また、浴室での事故防止のため、飲酒している方は入館できません。

施設の夜間無料開放

多目的ホールとIT学習室は、利用予約のない夜間に開放します。(平成16年3月31日まで)

施設名	開放時間	内 容
多目的ホール	18時～20時10分	火・木曜日...卓球 水・金曜日...バドミントン
IT学習室	17時～21時	自習室(パソコン使用は不可)

臨時休館のお知らせ

日常の機械設備点検、清掃などに加え、3か月ごとに各種機械設備の保守点検、館内清掃・消毒、歩行浴槽の水換えを行っています。10月5日～10日は全館休館になります。

問合せ

サンパーク奥宮(月曜日は休館)へ 969-3809

文化活動の拠点としても活用ください

市民健康文化センター「サンパーク奥富」

平成13年10月3日にオープンしたサンパーク奥富は、まもなく2周年を迎えます。IT講習会や水中運動教室などさまざまな事業を実施し、多数のご参加をいただいているほか、多目的ホールやIT学習室、展示スペースも予約制で貸し出ししていますので、文化活動や健康増進活動にご利用ください。



●多目的浴室（個人利用施設・2階）

関節や腰への負担が少ない水中運動をすることができる長さ20mの歩行浴槽をはじめ、気泡浴槽、ジェット浴槽、低温サウナなどを備えています。歩行浴槽は、リハビリにも適しています。なお、多目的浴室を利用できるのは中学生以上で、水着と水泳帽を着用していただきます。また、プールではありませんので遊泳はできません。（水着は有料貸し出しもあります）



個人利用施設（2階）

●男女浴室（光明石温泉）

体が温まり、湯冷めしにくいと好評です。多目的浴室に通じているので水着・水泳帽を着用すれば歩行浴槽やジェット浴槽、低温サウナなどもお楽しみいただけます。

●大広間・談話室

72畳の大広間は、食事やカラオケ、休憩にご利用ください。また、12畳の談話室は2部屋あり、囲碁や将棋など、少人数での利用に適しています。（飲食物の持ち込みはできませんので、飲食は軽食堂が自動販売機をご利用ください）

団体利用施設（1階）

●多目的ホール（有料）

舞台は音響・照明装置や200インチの大型スクリーンを整備。300名が収容でき、講演会や演奏会などに最適です。舞台・観客席は収納可能で、卓球、バドミントン、ダンスなどにも利用できます。



●展示スペース（無料）

ピクチャーレールや照明を備え、絵画や写真などを展示できます。サークルや教育活動の発表の場としてご利用ください。



●IT学習室（無料）

ノート型パソコン9台を備え、5名以上の登録団体に貸し出しています。IT講習会も開催しています。



●会議室（有料）

15名までの研修や講習、多目的ホールの控室として利用できます。