



沼ノ端 コミセン だより

令和7年4月1日号

NO.143

苦小牧市沼ノ端コミュニティセンター
 指定管理者：労働者協同組合ワーカーズコープ・センター事業団
 苦小牧市沼ノ端中央4丁目10番16号
 TEL 0144-57-5560
 FAX 0144-57-5791

寒暖定まらぬこのごろですが、暑さ寒さも彼岸までと申します。まだ肌寒い日の続くこのごろ、皆様お元気で過ごしてはいかがでしょうか。健康が何よりでございます。健康維持に沼ノ端コミセンをご活用いただき、笑顔あふれる日を一日でも多く過ごしていただきたいとスタッフ一同願っております。地域の方々および日々ご利用者の皆さまにおかれましては、コミセン運営にご理解とご協力をいただきまして、誠にありがとうございます。心より感謝を申し上げます。今後とも皆さまに安全・安心してご利用いただける施設づくりを目指し、スタッフ一同いっそう努力を続けてまいります。

沼ノ端コミュニティセンター館長

コミセン図書コーナーからのお知らせ

沼ノ端の図書室には、2万6000冊もの蔵書があります。また、他館にある本の検索や取り寄せもできます。健康・美容・趣味・旅行など、皆さまの生活に役立つ本がたくさん揃っています。小さいお子様向けの児童書や絵本も沢山ございますので、幅広い年代の方々に楽しんで頂けます。ぜひともご家族皆さままでお越しください。

開館時間9:00～17:00
 お休み 12/29～1/3
 図書館利用カード
 発行できます！

毎月開催♪コミセンイベント盛りだくさん！

☆おはなしくまさん
 (参加費：無料)
 第4水曜日 10:30～
 小さなお子さん向けに絵本の読み聞かせを行っています。手遊びや歌もあります。親子でお気軽にご参加ください。読み聞かせして下さるボランティアさんも募集中！！(子連れOK！)

☆健康づくり・ふまねっと
 (参加費100円)
 毎週水曜日
 11:00～12:00
 網を踏まないように「またぎ越す」ことで、週に1回、毎回60分程度の練習を継続的に行う程度でも歩行機能と認知機能の改善効果が期待できます。

☆ふれあい囲碁教室
 (参加費：無料)
 毎週木曜日
 17:00～19:00
 脳の活性化、ストレス解消、認知症予防、お友達が沢山できる最高の囲碁をぜひお楽しみください！楽しいですよ～(子連れOK！)

コミセンからの重要なお知らせ

当館にありました苦小牧市出張所は、2018年に沼ノ端交流センターへ移転致しました。苦小牧市北栄町3-3-3 TEL:0144-82-7099

当館公式ホームページ
<https://tomakomai-comicen.com/numanohata/>
 ←QRコードからも見られます。いち早く情報をお伝えできるよう、随時更新しております！

沼ノ端コミュニティセンター利用の御案内

体育館週間利用区分表

曜日	コート	午前9時～午後12時50分		午後1時～午後4時50分		午後5時～午後8時50分	
		卓球	卓球	卓球	卓球	卓球	卓球
月	A	卓球	卓球	卓球	卓球	卓球	卓球
	B	卓球	卓球	卓球	バドミントン	バドミントン	バドミントン
	C	ミニバレー	卓球	バドミントン	TOMA JUMP	TOMA JUMP	TOMA JUMP
火	A	卓球	卓球	スポンジテニス	スポンジテニス	SERENO	サトウ巧建
	B	バドミントン	バドミントン	スポンジテニス	スポンジテニス	バドミントン	バドミントン
	C	バドミントン	バドミントン	スポンジテニス	スポンジテニス	Do Free	Do Free
水	A	卓球	卓球	卓球	卓球	沼ノ端フリース	スポンジテニス
	B	バドミントン	バドミントン	スポンジテニス	スポンジテニス	優至会塚本道場	優至会塚本道場
	C	バドミントン	バドミントン	スポンジテニス	スポンジテニス	優至会塚本道場	優至会塚本道場
木	A	ミニバレー	卓球木曜会	卓球	卓球	沼ノ端剣道場	沼ノ端剣道場
	B	ミニバレー	ミニバレー	スポンジテニス	スポンジテニス	Volcano.B.C	Volcano.B.C
	C	ミニバレー	ミニバレー	スポンジテニス	スポンジテニス	バドミントン	Mixtフリース
金	A	卓球	卓球	卓球	卓球	バドミントン	バドミントン
	B	バドミントン	バドミントン	スポンジテニス	スポンジテニス	優至会塚本道場	優至会塚本道場
	C	バドミントン	バドミントン	スポンジテニス	スポンジテニス	優至会塚本道場	優至会塚本道場
土	A	スポンジテニス	スポンジテニス	卓球	卓球	バドミントン	バドミントン
	B	スポンジテニス	スポンジテニス	バドミントン	バドミントン	バドミントン	バドミントン
	C	古小牧剣道土曜会	古小牧剣道土曜会	沼ノ端剣道場	沼ノ端剣道場	Do Free	Do Free
日	A	バドミントン	バドミントン	卓球	卓球	バスケット	バスケット
	B	バドミントン	バドミントン	バドミントン	バドミントン	バスケット	バスケット
	C	バドミントン	バドミントン	バドミントン	バドミントン	バスケット	バスケット

※1 一般開放の時に専用利用が入る事もございますので「利用変更案内」をご確認の上、ご利用頂きます様よろしくお願い致します。
 ※2 体育館の専用利用のお申し込みはご使用日の2週間前の水曜日です。

◇会議や趣味の活動など用途によっていろいろなお部屋をご利用頂けます。

電話でのご予約も出来ますので、お気軽にお問い合わせ下さい。(0144-57-5560)

貸出使用料金表

部屋名	区分	午前		午後		夜間		1日 9時～20時50分	
		9時～12時50分		13時～16時50分		17時～20時50分			
		1時間50分	3時間50分	1時間50分	3時間50分	1時間50分	3時間50分		
集会室	使用料	500円	1,000円	650円	1,300円	750円	1,500円	3,200円	
	暖房料	250円	500円	320円	650円	370円	750円	1,600円	
和室・会議室	使用料	350円	700円	500円	1,000円	650円	1,300円	2,600円	
工芸室・料理室	暖房料	170円	350円	250円	500円	320円	650円	1,300円	
体育館	全面	使用料	1,500円	3,000円	1,950円	3,900円	2,250円	4,500円	9,600円
		暖房料	750円	1,500円	750円	1,500円	750円	1,500円	4,500円
	2/3面	使用料	1,000円	2,000円	1,300円	2,600円	1,500円	3,000円	6,400円
		暖房料	500円	1,000円	500円	1,000円	500円	1,000円	3,000円
	1/3面	使用料	500円	1,000円	650円	1,300円	750円	1,500円	3,200円
		暖房料	250円	500円	250円	500円	250円	500円	1,500円

◆冬期(10月15日から翌年5月15日まで)は使用料の他に暖房料がかかります。
 ◆体育館の1面はバドミントンのコート1面分です。
 ◆各部屋の最低使用時間は前半・後半2時間単位となります。(奇数2時間単位)
 利用料金 大学生・一般：100円 高校生：50円 70歳以上・中学生以下：無料
 ※70歳以上の方は年齢を確認できる物をご持参ください。
 ※高校生以下の方は学生証・生徒手帳等の証明できる物をご持参ください。
 ※上履き・ラケット等の道具をご持参ください。道具の貸出しはございません。