



**申込方法...**はがき、専用申込用紙により受付  
官製はがきに「伊豆の国市トレッキング教室申込」として「代表者氏名と参加者の住所・バス乗車位置・氏名(ふりがな)・性別・年齢・電話番号」を記入、下記に郵送してください。はがき1枚につき4人までの申し込みとします。  
〒410 2292 伊豆の国市長岡 346 1  
伊豆の国市教育委員会 社会教育課  
社会教育課(あやめ会館)に用意してある専用申込用紙でお申し込みください。  
電話での申し込み受け付けはしません。  
**申込締切...**9月20日(水)必着

問合せ 社会教育課 電話 055 948 1461

**コース** 大曲茶屋・船原峠・達磨山レストハウス  
悪天候の場合は中止または行程を変更することがあります。  
十月十五日(日)  
中央図書館駐車場 八時集合  
伊豆長岡庁舎駐車場 七時四十五分集合  
葦山庁舎駐車場 七時四十五分集合  
市民(原則として小学校四年生以上)六十人 申し込み多数の場合は抽選  
一人六百円

九月末に抽選結果の当選者へ納入通知書を発送しますので、指定金融機関でお支払ってください。

参加者募集

自然の豊かさ・美しさを肌で感じる  
**トレッキング教室**

## 秋の公民館講座 & 男女共同参画講座

食欲の秋・芸術の秋に、受講してみませんか?多くの皆さんのご参加をお待ちしております。



講座名	内容	とき/ところ	対象	申込み締切	参加費/材料費
バルーンアート講座【初級】 講師・小森輝代さん他	秋のイベントシーズン前に、学んでみませんか?初級では、基本のペンシルバルーンを使って、動物や花などを作成。応用編では、いろいろなバルーンを使ったアレンジに挑戦(どちらか一回だけの参加可)。	9月14日(木) 19:30~21:00 /あやめ会館	一般成人 20人	9月13日(水)	300円/ 500円
バルーンアート講座【応用編】 講師・小森輝代さん他	いろいろなバルーンを使ったアレンジに挑戦(どちらか一回だけの参加可)。	9月21日(木) 19:30~21:00 /あやめ会館	一般成人 20人	9月20日(水)	300円/ 1,000円
おとうさん・おじいちゃんのための読み聞かせ講座 講師・鈴木薫さん (朗読アドバイザー)	おかあさんやおばあちゃんとはひと味違う読み聞かせを。2回目は、お子さんといっしょの参加も可能。	10月12日(木) 19:30~21:00 10月21日(土) 13:30~14:30 /大仁市民会館	小学校低学年以下の子どもをもつおとうさん・おじいちゃん等10人	10月10日(火)	600円 (2回分。 どちらかだけの参加は不可)
忙しいお母さんのためのぱぱっとレシピ 講師・久木野和子さん (栄養士・家庭料理研究家)	忙しくても、お腹のすいた子どもは、待ってくれません。すぐ作れて、おいしくボリュームのある料理に挑戦。	10月28日(土) 13:30~15:30 /大仁市民会館	一般成人 16人	10月24日(火)	300円/ 実費500円程度の予定
少人数の家族のためのちょっとおいしい料理教室 講師・久木野和子さん (栄養士・家庭料理研究家)	一人暮らしや少人数の家族に、少ない量でもおいしく作れる料理やアレンジのきく料理を紹介。	11月11日(土) 13:30~15:30 /葦山農村環境改善センター	一般成人 16人	11月7日(火)	300円/ 実費500円程度の予定

申込み・問合せ 社会教育課 電話 055 948 1461

自転車によって狩野川の、海の風を感じてみませんか。

# 第7回 狩野川100km サイクリング

## 2006.10/1日

雨天決行◎7:00~17:00

7:00	受付開始
7:30	開会式
8:00	100kmコース出走開始 50kmコース出走開始 (いずれも数人づつスタート)
11:30	100km参加者はスタート会場で昼食 50km参加者は千本浜公園で昼食
16:30	閉会式(ゴール封鎖は17:00)

※プログラムは変更する場合があります。

**100km**  
コース

標高差合計約450mの上り下りと約0.3kmの未舗装路含む  
①大仁狩野川河川敷→(水のみち・コリド→狩野川経由)②伊豆市萬城の滝キャンプ場→③伊豆市狩野ドーム→④大仁狩野川河川敷→⑤三島市長伏スポーツ公園→⑥沼津市千本浜公園→(駿河湾架橋上経由)→⑦沼津市駿河湾架橋上折返し点→⑧千本浜公園→⑨長伏スポーツ公園→⑩大仁狩野川河川敷

**50km**  
コース

ほぼ平地だが、堤防の上り下りと約0.3kmの未舗装路含む  
①大仁狩野川河川敷→(水のみち・コリド→狩野川経由)②三島市長伏スポーツ公園→③沼津市千本浜公園→④長伏スポーツ公園→⑤大仁狩野川河川敷  
※コース距離は約50kmとなります。

**集合会場:** 狩野川河川敷特設会場(スタート&ゴール)  
(中島運動公園)※駐車場あり  
**参加費用:** 大人(高校生以上)/3,000円 小中学生/1,500円 (いずれも軽食付き)  
**参加資格:** 安全にマナーよくサイクリングができる、健康な方  
●100kmコース:中学生以上 ●50kmコース:小学生以上  
(小学生は、当日同じ50kmコースに保護者(親権者)が参加し、この保護者(親権者)がツネに小学生と一緒に走って小学生の走行に責任を持つ場合に限り、参加できます)  
※両コースともヘルメット装着が参加の条件となります  
**募集定員:** 400名 ※定員になり次第締め切らせていただきます。

**募集締切は9月20日(水)必着**  
資料請求・参加お申込みはこちらへ

狩野川100kmサイクリング実行委員会  
〒410-2201 古奈255 伊豆の国観光協会内  
TEL.055-848-0304 FAX.055-848-5151

運営事務局(詳細お問合せ:コンセプト株式会社内)  
TEL.0537-22-0654 FAX.0537-22-0786  
E-mail kanogawa@conception.co.jp

KANOGAWA 100km CYCLING ホームページ <http://www.conception.co.jp/ohito/>