

～見附のイベント・健康福祉・スポーツ・趣味・学びの情報誌～

イベント カレンダー 9月



見附のイメージキャラクター『ミッケ』

イベントカレンダーは、市内のいろいろなところで配布しています。(9ページをご覧ください)
市のホームページやスマートフォンアプリ「マチイロ」でも見ることができます。

スマホでイベカ!

マチイロ紹介ページ
(市ホームページ)



渡部佳則写真展 星空放浪 9/2(土)～10/1(日)



見附市出身の
写真家の
展覧会

「苗名滝と
カシオペア・冬」

見附市児童生徒夏休み作品展 9/30(土)・10/1(日)



子どもたちの作品をぜひ見に来てね!

休館日のお知らせ	
【ふぁみりあ】	9/28(木)
【図書館】	9/4(月)・8(金)・11(月)・25(月)
【ギャラリーみつけ】	9/4(月)・11(月)・19(火)・25(月)
【アルカディア】	9/19(火)
清掃日のお知らせ	
【ネーブルみつけ】	9/27(水)

※開館は午後5時まで

[分類] ★(イベント):P1～2 ♡(健康・福祉):P2～3 Ⓞ(スポーツ):P3～6 😊(趣味):P6～7 🎓(学び):P8～9 ✨(その他):P9 10月以降のイベント:P9

日付	専業名	日付	専業名
1 金	【ギャラリーみつけ】★第30回 銅版画会展(8/11～) 【ギャラリーみつけ】★見附の作家たち展2023 vol.2(8/26～) 【ギャラリーみつけ】★メジロ ハル個展 ゆらめきときらめき(8/29～) 【図書館】📖読み聞かせボランティア養成講座(8/30～) ----- ♡今町・交流広場おれんちのお茶の間 【総合型地域スポーツ】Ⓞほぐして動かす身体ラクラク運動 申 【図書館】📖おはなしのじかん012 申 【総合型地域スポーツ】Ⓞ骨盤調整&体力筋力低下予防運動(金曜日) 申 【総合型地域スポーツ】Ⓞランニング教室(金曜日) 申 【総合型地域スポーツ】Ⓞはじめてエアロビクス 申 【悠々ライフ】♡ウォーキング①～鱧石川改修記念公園～恋人岬～ 申	9 土	【ギャラリーみつけ】★渡部佳則写真展イベント「星空放浪エピソード」チケット 【悠々ライフ】Ⓞ楽々パドミントン 11 月 【悠々ライフ】Ⓞグラウンドゴルフ 【悠々ライフ】📖写経体験 申 12 火 【悠々ライフ】😊おいしいおはぎを作りましょう 申 【悠々ライフ】♡悠々健幸カラオケ 【悠々ライフ】😊みつけを写真しよう 申 14 木 【総合型地域スポーツ】Ⓞいつまでもびんびん!健康体操 申 【悠々ライフ】Ⓞ山に登ろう～菩提寺山～ 申 【悠々ライフ】Ⓞスポーツ健幸吹矢練習・体験会 15 金 【地域包括支援センター】♡オレンジカフェ 今町 ----- ♡健康体操・タオル体操とレクリエーションゲーム 【悠々ライフ】😊施設巡り 申 16 土 【ネーブルみつけ】★我が家の家族にやん!わん!展 申 【見附市観光物産協会】★いいとこみつけ!!写真コンテスト2023作品展 【地域包括支援センター】♡オレンジカフェ 南 【ギャラリーみつけ】★渡部佳則写真展イベント「星空にフラメンコ」チケット 【悠々ライフ】Ⓞカーリンコン 【悠々ライフ】📖いまさら聞けないパソコン・IT 申
2 土	【ギャラリーみつけ】★渡部佳則写真展 星空放浪 【悠々ライフ】😊初心者パソコン～Word(ワード)～ 申 【子育て支援センター】★おやこひろば③～パパとあそぼう!～ 申 【総合型地域スポーツ】Ⓞステップ運動 申 【総合型地域スポーツ】Ⓞパレトン 申 【総合型地域スポーツ】Ⓞ親子うんどうあそび(土曜日) 申	18 月	----- 😊相続講座 申 19 火 【子育て支援センター】★ママのリフレッシュ講座②心もからだもほぐしヨガ 申 【悠々ライフ】😊悠々ビデオ観賞会 20 水 ----- ♡認知症介護家族交流会 21 木 ----- 📖学び座 みらいの食卓バランス食と地消を楽しむ 申 22 金 【地域包括支援センター】♡オレンジカフェ 中央 23 土
3 日	【アルカディア】★大塚康司×鈴木大介 クラシックギター・デュオの世界12本の弦の響き チケット 【総合型地域スポーツ】Ⓞトータルフィットネス 申	18 月	----- 😊相続講座 申 19 火 【子育て支援センター】★ママのリフレッシュ講座②心もからだもほぐしヨガ 申 【悠々ライフ】😊悠々ビデオ観賞会 20 水 ----- ♡認知症介護家族交流会 21 木 ----- 📖学び座 みらいの食卓バランス食と地消を楽しむ 申 22 金 【地域包括支援センター】♡オレンジカフェ 中央 23 土
4 月	【地域包括支援センター】♡オレンジカフェ 西 【総合型地域スポーツ】Ⓞボクシングシェイプ 申 ----- Ⓞリフレッシュ教室 申	18 月	----- 😊相続講座 申 19 火 【子育て支援センター】★ママのリフレッシュ講座②心もからだもほぐしヨガ 申 【悠々ライフ】😊悠々ビデオ観賞会 20 水 ----- ♡認知症介護家族交流会 21 木 ----- 📖学び座 みらいの食卓バランス食と地消を楽しむ 申 22 金 【地域包括支援センター】♡オレンジカフェ 中央 23 土
5 火	【総合型地域スポーツ】ⓄZUMBA 申 【総合型地域スポーツ】Ⓞ肩こり腰痛予防教室 申 【総合型地域スポーツ】Ⓞリフレッシュヨガ 申 【総合型地域スポーツ】Ⓞキッズチア(年中～年長)短期教室 申 【総合型地域スポーツ】Ⓞジュニアスポーツ万能教室 申 【総合型地域スポーツ】Ⓞチアリーディング(小学1年生～小学3年生) 申 【総合型地域スポーツ】Ⓞ楽しい筋トレピクス 申	18 月	----- 😊相続講座 申 19 火 【子育て支援センター】★ママのリフレッシュ講座②心もからだもほぐしヨガ 申 【悠々ライフ】😊悠々ビデオ観賞会 20 水 ----- ♡認知症介護家族交流会 21 木 ----- 📖学び座 みらいの食卓バランス食と地消を楽しむ 申 22 金 【地域包括支援センター】♡オレンジカフェ 中央 23 土
6 水	----- ♡ネーブルダンス 【ふぁみりあ】😊北陸ガス料理教室 in ふぁみりあ 申 ----- ♡健幸カラオケ教室 申 【総合型地域スポーツ】Ⓞランニング教室(水曜日) 申 【総合型地域スポーツ】Ⓞはじめてヨガ 申 ----- 😊絵手紙教室ひまわり 申	18 月	----- 😊相続講座 申 19 火 【子育て支援センター】★ママのリフレッシュ講座②心もからだもほぐしヨガ 申 【悠々ライフ】😊悠々ビデオ観賞会 20 水 ----- ♡認知症介護家族交流会 21 木 ----- 📖学び座 みらいの食卓バランス食と地消を楽しむ 申 22 金 【地域包括支援センター】♡オレンジカフェ 中央 23 土
7 木	【図書館】📖木曜日おはなしのじかん 申 【総合型地域スポーツ】Ⓞオールマイティースポーツ 申 【総合型地域スポーツ】ⓄHIPHOPダンス(入門) 申 【総合型地域スポーツ】Ⓞよるヨガ短期教室 申 【総合型地域スポーツ】Ⓞ夜ヨガ教室 申 【悠々ライフ】😊ゆうゆう元気カラオケ 【悠々ライフ】😊ピンポンで遊びましょう	18 月	----- 😊相続講座 申 19 火 【子育て支援センター】★ママのリフレッシュ講座②心もからだもほぐしヨガ 申 【悠々ライフ】😊悠々ビデオ観賞会 20 水 ----- ♡認知症介護家族交流会 21 木 ----- 📖学び座 みらいの食卓バランス食と地消を楽しむ 申 22 金 【地域包括支援センター】♡オレンジカフェ 中央 23 土
8 金	【ギャラリーみつけ】★本田貴哉 日本画展一日々の輪郭一 【悠々ライフ】😊詩吟を楽しもう	18 月	----- 😊相続講座 申 19 火 【子育て支援センター】★ママのリフレッシュ講座②心もからだもほぐしヨガ 申 【悠々ライフ】😊悠々ビデオ観賞会 20 水 ----- ♡認知症介護家族交流会 21 木 ----- 📖学び座 みらいの食卓バランス食と地消を楽しむ 申 22 金 【地域包括支援センター】♡オレンジカフェ 中央 23 土
9 土	【今町公民館】📖おはなしの世界 申 【図書館】📖第2・4土曜日おはなしのじかん 申 【西コミュニティ】★西地区スマイルフェスタ 申 【ふぁみりあ】😊折り紙サロン	18 月	----- 😊相続講座 申 19 火 【子育て支援センター】★ママのリフレッシュ講座②心もからだもほぐしヨガ 申 【悠々ライフ】😊悠々ビデオ観賞会 20 水 ----- ♡認知症介護家族交流会 21 木 ----- 📖学び座 みらいの食卓バランス食と地消を楽しむ 申 22 金 【地域包括支援センター】♡オレンジカフェ 中央 23 土

※📄:事前申込みが必要です ※👶:子ども向け ※🎫:チケットが必要です

★ イベント



事業名	とき・ところ	内 容	詳 細
【ギャラリーみつけ】 第30回 銅版画会展	8/11(金・祝)～27(日) 10:00～21:00 ※8/27は16:00まで ギャラリーみつけ 2階フロア	新潟県内の銅版画家たちのグループ展を開催します。	[申込]不要 [料金]無料 [主催]ギャラリーみつけ
			問 ガalleryみつけ ☎84-7755
【ギャラリーみつけ】 見附の作家たち展 2023 vol.2	8/26(土)～9/3(日) 10:00～21:00 ※9/3は15:00まで ギャラリーみつけ 展示室1	見附市内で活動する美術作家の作品を紹介します。石田邦伸(彫刻)・河内雄司(洋画)・若林溪竹(書)	[申込]不要 [料金]無料 [主催]ギャラリーみつけ・見附市美術協会
			問 ガalleryみつけ ☎84-7755
【ギャラリーみつけ】 メジロ ハル個展 ゆらめきときらめき	8/29(火)～9/3(日) 10:00～21:00 ※9/3は16:00まで ギャラリーみつけ 展示室2	三条市在住の若手画家の個展を開催します。	[申込]不要 [料金]無料 [主催]メジロ ハル
			問 ガalleryみつけ ☎84-7755
【ギャラリーみつけ】 渡部佳則写真展 星空放浪	9/2(土)～10/1(日) 10:00～18:00 入場受付は17:30まで ギャラリーみつけ 2階フロア	見附市出身の写真家の展覧会を開催。見附市をはじめ県内や国内の夜空の写真を展示します。小品の展示販売や書籍などの物販を行います。	[申込]不要 [料金]300円 ※高校生以下、障がい者手帳・療育手帳をお持ちの方、及び一部の介助者は無料。受付でご提示ください。[主催]見附市 [協賛]新潟日報美術振興財団・新潟フジカラー
			問 ガalleryみつけ ☎84-7755
【子育て支援センター】 おやこひろば③ ～パパとあそぼう!～ バルーンパフォーマンス	9/2(土) 10:30～11:10 学校町子育て支援センター (ネーブルみつけ内)	バルーンパフォーマンスJinさんによるパフォーマンスショーや、親子でのバルーンアート作りを楽しみましょう。	[申込]不要 [対象]小学校入学前までの お子さん・おうちの方 [料金]無料
			問 学校町子育て支援センター ☎62-7803
【アルカディア】 大萩康司×鈴木大介 クラシックギター・ デュオの世界 12本の弦の響き	9/3(日) 14:00(開場13:30～) アルカディア 大ホール	日本を代表するギタリスト2人による全国でも完売が相次ぐ人気と実力のある公演です。2人の名手によるギターがアルカディアのホールに響きます。	[申込]チケットが必要です。 [料金]全席指定 1,500円(当日1,800円) ※未就学児入場不可 出演:大萩康司、鈴木大介 (ギター)
			申 問 文化ホール アルカディア ☎63-5321
【ギャラリーみつけ】 本田貴哉 日本画展 一日々の輪郭ー	9/8(金)～9/24(日) 10:00～21:00 ※9/24は16:00まで ギャラリーみつけ 展示室1・2	長岡市在住の若手日本画家の展覧会を開催。院展や県展に精力的に出品する作家の大作から小品までお楽しみください。	[申込]不要 [料金]無料 [主催]ギャラリーみつけ ※ギャラリートークは9/17(日)14:00～15:00開催。 当日会場にお越しください。
			問 ガalleryみつけ ☎84-7755
【西地区スマイルコミュニティ】 西地区スマイル フェスタ	9/9(土) 11:00～15:30 ネーブルみつけ	ステージでのライブパフォーマンスやエンターテイメントが盛りだくさん。ぜひご家族そろってお越しください。	[申込]不要 [対象]どなたでも [料金]無料
			問 西地区スマイルコミュニティ ☎61-1825
【ギャラリーみつけ】 渡部佳則写真展 イベント 「星空放浪エピソード」	9/9(土) 14:00～15:00 ギャラリーみつけ 2階フロア	出品作家渡部佳則による、スライド上映と解説を行います。	[申込]必要 9/5(火)㊟(ギャラリーみつけにご来館または㊟で申し込みください。)[定員]80名(先着順) [料金]300円 ※高校生以下、障がい者手帳・療育手帳をお持ちの方、及び一部の介助者は無料。受付でご提示ください。※チケットが必要です。
			申 問 ガalleryみつけ ☎84-7755
いいとこみつけ!! 写真コンテスト2023 作品展 	9/16(土)～9/24(日) 9:00～21:45 (初日のみ11:00～) ネーブルみつけ 多目的広場	写真コンテストにご応募いただいた作品の展示を行います。見附の魅力が詰まった力作の数々を、ぜひご覧ください。	[申込]不要 [料金]無料 [展示作品]入賞作品全て及び、入賞作品以外で展示を希望された作品
			問 見附市観光物産協会 ☎89-6277
我が家の家族 にゃん! わん! 展 (駅長企画)	①ネーブルみつけ 9/16(土)～25(月) 9:00～21:45 ②パティオにいがた 9/27(水)～10/6(金) 9:00～19:00	自慢の愛猫、愛犬など、可愛い癒しの家族(ペット)の写真を展示します。一部はパティオにいがたでも巡回して展示します。	[申込]不要 [料金]無料 ※随時、自慢のペットの写真を募集中です! 9/13(水)㊟ネーブルみつけ駅長にお問い合わせください。 [メール] nyanwan@city.mitsuke.niigata.jp
			申 問 ①ネーブルみつけ駅長 ☎62-7802/②パティオにいがた駅長 ☎94-6211



事業名	とき・ところ	内 容	詳 細
【ギャラリーみつけ】 渡部佳則写真展 イベント 「星空にフラメンコ」	9/16(土) 14:00～15:00 ギャラリーみつけ 2階フロア	渡部佳則による星空スライドショーと徳永武明のフラメンコギター演奏のコラボレーションをお楽しみください。	[申込]必要 9/5(火)☎(ギャラリーみつけにご来館または☎で申し込みください。)[定員]80名(先着順)[料金]300円 ※高校生以下、障がい者手帳・療育手帳をお持ちの方、及び一部の介助者は無料。受付でご提示ください。※チケットが必要です。
		申 問	ギャラリーみつけ ☎84-7755
【子育て支援センター】 ママのリフレッシュ講座② 心もからだもほぐしヨガ	9/19(火) 10:00～11:30 学校町子育て支援センター (ネーブルみつけ内)	ゆったりした動きですっきり体を整えましょう。お子さんと離れて自分だけのリラックスタイムをお過ごしください。	[申込]必要 8/18(金)～9/8(金)☎ [講師]金内嘉代子 [定員]8名 [託児]あり(子ども1人300円) [持物]汗拭きタオル/飲み物
		申 問	学校町子育て支援センター ☎62-7803
令和5年度 見附市 不動産フェア	9/23(土) 10:00～16:00 ネーブルみつけ 市民交流サロン	市内の不動産業者が、市内の不動産情報を紹介します。見附市からは、空き家バンク担当者が参加し、訪れた方の相談に応じます。	[申込]不要 [対象]どなたでも [定員]なし [料金]なし [持物]なし
		問	都市環境課都市・住宅政策係 ☎62-1700
【子育て支援センター】 出張！子育て支援センター① ハワイアンリトミック	9/27(水) 10:30～11:30 市民武道館2階 剣道場	ハワイアンアレンジの童謡でふれあい遊びやリズム遊びをしましょう。小さなお子さんも抱っこで楽しめますよ。	[申込]必要 8/30(水)～9/26(水)☎ [講師]吉川郁子 [対象]小学校入学前までのお子さん ・おうちの方 [料金]無料
		申 問	今町子育て支援センター ☎61-5010
見附市児童生徒 夏休み作品展	9/30(土)・10/1(日) 9:30～16:30 ネーブルみつけ 多目的広場	夏休み中に作り上げた科学工作・観察記録・標本などを展示します。ぜひ子どもたちの作品を見てください。	[料金]入場無料
		問	教育センター ☎62-2343

♥ 健康・福祉



事業名	とき・ところ	内 容	詳 細
【悠々ライフ】 ウォーキング ① ～鯖石川改修記念公園 ～恋人岬～	9/1(金) 9:00～16:00 [行先]柏崎市方面 [集合]9:00ネーブルみつけ	鯖石川改修記念公園から出発し、中央海水浴場・みなとまち海浜公園・柏崎海浜公園などの海辺を歩き、最後は恋人岬を目指します。	[申込]必要 8/21(月)9:00受付開始(☎申込不可) [定員]15名(定員を超えたらキャンセル待ち)[料金]400円(保険料)[持物]昼食/飲み物/歩きやすい服装/帽子/タオル/雨具/健康保険証コピー
		申 問	悠々ライフ事務局(まちづくり課内) ☎62-7801
今町・交流広場 おれんちの お茶の間	9/1(金)～29(金) (毎週月・火・木・金曜日) 9:30～11:30/14:00～16:00 今町子育て支援センター内 「いままち悠々」交流広場	どなたでも自由に参加できます！一緒に歌ったり、お話して元気に過ごしましょう。(ご自由にお茶を飲んでお過ごしください)	[申込]不要 [料金]無料 [協力]今町まちなかコミュニティ
		問	石田 ☎66-3053
【地域包括支援センター西】 オレンジカフェ 西	9/4(月) 10:30～12:00 柳橋町集会所	身近にある「カフェ」のように気軽に、お茶を飲みながら、認知症について語り合います。	[申込]不要 [対象]お子さんから高齢者までどなたでも [料金]100円
		問	地域包括支援センター 西 ☎62-3345
ネーブルダンス	9/6・13・20・27 (毎週水曜日) 10:00～12:00 ネーブルみつけ 多目的広場	音楽に合わせて身体を動かしてみませんか！年齢に関係なくどなたでも楽しめます。元気に楽しく踊りましょう。	[申込]不要 [料金]1回100円
		問	ネーブルダンス 村上 ☎090-7180-8740
健幸カラオケ教室	9/6・13・20・27 (毎週水曜日) 13:30～15:00 ネーブルみつけ 研修室1	毎週1回、「うたと音楽」を活用し、筋肉トレーニングやストレッチ等の体操を行います。	[申込]必要 [対象]65歳以上の方 (要介護1～5の方は利用できません) [料金]1回200円
		申 問	健康福祉課高齢福祉係 ☎61-1350

健康・福祉



事業名	とき・ところ	内 容	詳 細
【悠々ライフ】 悠々健幸カラオケ ～曲に合わせて 楽しく脳トレ♪～	9/12(火) 13:30～14:30 ネーブルみつけ 市民交流サロン	カラオケの機械を使って楽しく脳トレができる、話題の「健幸カラオケ」。曲に合わせて、体を動かして健康になりましょう！	[申込]不要 [料金]無料 [講師]音楽健康指導士(スポーツ推進委員)
		問 悠々ライフ事務局(まちづくり課内) ☎62-7801	
【地域包括支援センター今町】 オレンジカフェ 今町	9/15(金) 10:00～11:00 田園地区ふるさとセンター	身近にある「カフェ」のように気軽にお茶を飲みながら、認知症について語り合ひましょう。	[申込]不要 [対象]お子さんから高齢者までどなたでも [料金]100円
		問 地域包括支援センター 今町 ☎61-5221	
健康体操・タオル体操と レクリエーションゲーム	9/15(金) 13:30～15:00 ネーブルみつけ 市民交流サロン	笑ってストレス解消！ 楽しんで健康増進！ 簡単な体操、ゲームで健康づくりをしましょう。	[申込]不要 [講師]磯部一勇 [料金]無料 [持物]動きやすい服装/運動靴/タオル/飲み物
		問 磯部一勇 ☎090-4746-9479	
【地域包括支援センター南】 オレンジカフェ 南	9/16(土) 10:00～11:30 緑葉会館	身近にある「カフェ」のように気軽にお茶を飲みながら、認知症について語り合ひましょう。	[申込]不要 [対象]お子さんから高齢者までどなたでも [料金]100円
		問 地域包括支援センター 南 ☎62-1750	
認知症介護 家族交流会	9/20(水) 10:00～11:30 見附ふれあいプラザ	認知症の方や介護する家族が住み慣れた地域で安心して暮らすことができるよう、介護家族の交流による情報交換や支え合いの場です。	[申込]必要 [料金]無料 [対象]認知症の方を介護している、または介護経験のある家族
		問 健康福祉課高齢福祉係 ☎61-1350	
【地域包括支援センター中央】 オレンジカフェ 中央	9/22(金) 10:00～11:30 中央公民館 1階 中ホール	身近にある「カフェ」のように気軽にお茶を飲みながら、認知症について語り合ひましょう。	[申込]不要 [対象]お子さんから高齢者までどなたでも [料金]100円
		問 地域包括支援センター 中央 ☎63-3555	
認知症介護 家族交流会	9/26(火) 13:30～15:30 みんなの実家グリーン ホームふたば	認知症の方や介護する家族が住み慣れた地域で安心して暮らすことができるよう、介護家族の交流による情報交換や支え合いの場です。	[申込]必要 [料金]無料 [対象]認知症の方を介護している、または介護経験のある家族
		申問 みんなの実家グリーンホームふたば 代表:植田 ☎62-3720	

スポーツ



事業名	とき・ところ	内 容	詳 細
【総合型地域スポーツクラブ】 ほぐして動かす身体 ラクラク運動	9/1・8・15・22 (いずれも金曜日) 10:15～11:15 市民武道館 柔道場	健康で過ごしやすい毎日のためのストレッチや有酸素運動を行います。年間で開催しています。	[申込]必要 [対象]大人 [定員]20名 [料金]2,400円/月(別途、割引年会費保険料) [持物]運動靴/タオル/飲み物
		申問 総合型地域スポーツクラブ ☎62-3661	
【総合型地域スポーツクラブ】 骨盤調整&体力筋力 低下予防運動 (金曜日)	9/1・8・15・22・29 (毎週金曜日) 14:00～15:00 ネーブルみつけ 研修室1他	骨盤を整えほぐし体の歪みを改善。肩こり、腰痛、膝痛予防改善、妊活にも。年間で開催しています。	[申込]必要 [対象]大人 [定員]20名 [料金]2,400円/月(別途、割引年会費保険料) [持物]運動靴/タオル/飲み物
		申問 総合型地域スポーツクラブ ☎62-3661	
【総合型地域スポーツクラブ】 ランニング教室 (金曜日)	9/1・8・15・22 (いずれも金曜日) 18:30～19:30 運動公園 (雨天時は今町地区体育館)	基礎体力をつけながら速く走るためのコツを楽しく学びます。年間で開催しています。	[申込]必要 [対象]小学生 [定員]30名 [料金]2,400円/月(別途、割引年会費保険料) [持物]運動靴/タオル/飲み物
		申問 総合型地域スポーツクラブ ☎62-3661	



事業名	とき・ところ	内 容	詳 細
【総合型地域スポーツクラブ】 はじめて エアロビクス (連携教室)	9/1・8・15・22 (いずれも金曜日) 19:30~20:30 中央公民館 大ホール他	美姿勢、調子の良い状態の関節や筋肉の動きを作ってから楽しく有酸素運動へ。(連携教室内どこに参加してもOK)年間で開催しています。	[申込]必要 [対象]大人(中学生以上) [定員]20名 [料金]週1回2,400円/月(別途、割引年会費保険料) [持物]運動靴/タオル/飲み物
申問 総合型地域スポーツクラブ ☎62-3661			
【総合型地域スポーツクラブ】 親子うんどうあそび (土曜日)	9/2・9・16・30 (いずれも土曜日) 9:15~10:15 市民武道館 柔道場	お子さんと親(祖父母等もOK)で楽しく体を動かします。多様な運動を経験することで、運動神経は発達します。年間で開催しています。	[申込]必要 [対象]概ね3~6歳児と保護者 [定員]20組 [料金]2,400円/月(別途、割引年会費保険料) [持物]タオル/飲み物
申問 総合型地域スポーツクラブ ☎62-3661			
【総合型地域スポーツクラブ】 ステップ運動 (連携教室)	9/2・9・16・30 (いずれも土曜日) 13:00~14:00 市民武道館 剣道場	ステップ台を使い昇降運動。下半身強化、シェイプアップ、膝痛・転倒予防。(連携教室内どこに参加してもOK)年間で開催しています。	[申込]必要 [対象]大人(中学生以上) [定員]20名 [料金]週1回2,400円/月(別途、割引年会費保険料) [持物]運動靴/タオル/飲み物
申問 総合型地域スポーツクラブ ☎62-3661			
【総合型地域スポーツクラブ】 バレトン (連携教室)	9/2・9・16・30 (いずれも土曜日) 19:00~20:00 市民武道館 剣道場	フィットネス・バレエ・ヨガを組み合わせた有酸素運動。すっきり体型を目指すエクササイズ。(連携教室内どこに参加してもOK)年間で開催しています。	[申込]必要 [対象]大人(中学生以上) [定員]20名 [料金]週1回2,400円/月(別途、割引年会費保険料) [持物]運動靴/タオル/飲み物
申問 総合型地域スポーツクラブ ☎62-3661			
【総合型地域スポーツクラブ】 トータルフィットネス (連携教室)	9/3・10・17 (いずれも日曜日) 9:15~10:15 市民武道館 剣道場	毎回専門講師がヨガや骨盤体操、有酸素運動などを教えます。朝の運動で心も体もスッキリ。(連携教室内どこに参加してもOK)年間で開催しています。	[申込]必要 [対象]大人(中学生以上) [定員]20名 [料金]週1回2,400円/月(別途、割引年会費保険料) [持物]運動靴/タオル/飲み物
申問 総合型地域スポーツクラブ ☎62-3661			
【総合型地域スポーツクラブ】 ボクシングシェイプ	9/4・11・25 (いずれも月曜日) 19:30~20:30 市民武道館 剣道場	パンチやキックを組み合わせたエクササイズで脂肪燃焼! ストレス解消、体の調整にも。年間で開催しています。	[申込]必要 [対象]大人(中学生以上) [定員]20名 [料金]2,400円/月(別途、割引年会費保険料) [持物]運動靴/タオル/飲み物
申問 総合型地域スポーツクラブ ☎62-3661			
リフレッシュ教室	9/4・11・25 (いずれも週月曜日) 19:45~21:15 今町地区体育館	ソフトバレーなどの軽運動を行います。運動不足を解消し、リフレッシュしませんか?	[申込]必要 [指導]見附市スポーツ推進委員 [対象]18歳以上 [料金]1,850円(65歳以上は1,200円)(保険料・年額) [持物]動きやすい服装/タオル/飲み物
申問 まちづくり課 スポーツ係 ☎62-7801			
【総合型地域スポーツクラブ】 ZUMBA	9/5・12・19・26 (毎週火曜日) 10:15~11:15 市民武道館 剣道場	誰でも出来る! ダンスフィットネス。楽しく汗を流しましょう。シニア世代にお勧め! 年間で開催しています。	[申込]必要 [対象]大人 [定員]20名 [料金]2,400円/月(別途、割引年会費保険料) [持物]運動靴/タオル/飲み物
申問 総合型地域スポーツクラブ ☎62-3661			
【総合型地域スポーツクラブ】 肩こり腰痛 予防教室	9/5・12・19・26 (毎週火曜日) 10:15~11:15 ネーブルみつけ 研修室1/多目的広場	予防・改善の方法を学びましょう。身体がとてもしなやかな教室です。年間で開催しています。	[申込]必要 [対象]大人 [定員]20名 [料金]2,400円/月(別途、割引年会費保険料) [持物]運動靴/タオル/飲み物
申問 総合型地域スポーツクラブ ☎62-3661			
【総合型地域スポーツクラブ】 リフレッシュヨガ	9/5・12・19・26 (毎週火曜日) 13:30~14:30 市民武道館 剣道場	呼吸と身体感覚に意識を向け、心身共に気持ちの良い状態に整えましょう。年間で開催しています。	[申込]必要 [対象]大人 [定員]20名 [料金]2,400円/月(別途、割引年会費保険料) [持物]ヨガマット/タオル/飲み物
申問 総合型地域スポーツクラブ ☎62-3661			
【総合型地域スポーツクラブ】 キッズチア (年中~年長) 短期教室	9/5・12・19・26 (毎週火曜日) 16:40~17:25 葛巻地区ふるさとセンター	チアの要素を入れながら楽しく身体を動かします。イベント出演は基本的に無し。8/1~10/12まで全10回	[申込]必要 [対象]年中・年長 [定員]20名 [料金]7,000円/10回(別途、保険料) [持物]運動靴/タオル/飲み物
申問 総合型地域スポーツクラブ ☎62-3661			

スポーツ



事業名	とき・ところ	内 容	詳 細
【総合型地域スポーツクラブ】 ジュニアスポーツ 万能教室	9/5・12・19・26 (毎週火曜日) 17:15～18:15 総合体育館	運動の基本動作はその動きを経験することで習得します。運動の得意不得意を問わず。目指せスポーツ万能へ。年間で開催しています。	[申込]必要 [対象]小学生 [定員]25名 [料金]2,400円/月(別途、割引年会費保険料) [持物]運動靴/タオル/飲み物
		申 問 総合型地域スポーツクラブ ☎62-3661	
【総合型地域スポーツクラブ】 チアリーディング (小学1年生～ 小学3年生)	9/5・12・19・26 (毎週火曜日) 17:30～18:20 葛巻地区ふるさとセンター	楽しみながら音楽に合わせて表現する面白さを教えます。イベント出演あり。年間で開催しています。	[申込]必要 [対象]小学1年生～小学3年生 [定員]20名 [料金]2,400円/月(別途、割引年会費保険料) [持物]運動靴/タオル/飲み物
		申 問 総合型地域スポーツクラブ ☎62-3661	
【総合型地域スポーツクラブ】 楽しい筋トレleks	9/5・12・19・26 (毎週火曜日) 19:30～20:30 葛巻地区ふるさとセンター	有酸素運動をしながら全身筋力とエアロビクス。6000歩程度動きます。年間で開催しています。	[申込]必要 [対象]大人(中学生以上) [定員]20名 [料金]2,400円/月(別途、割引年会費保険料) [持物]運動靴/タオル/飲み物
		申 問 総合型地域スポーツクラブ ☎62-3661	
【総合型地域スポーツクラブ】 ランニング教室 (水曜日)	9/6・13・27 (いずれも水曜日) 18:00～19:00 運動公園 (雨天時は総合体育館)	楽しみながら走り方の基礎から教えます。走力アップのコツを伝授します。体力をつけたいお子さんにお勧めの教室です。年間開催。	[申込]必要 [対象]小学生 [定員]25名 [料金]2,400円/月(別途、保険料) [持物]運動靴/タオル/飲み物
		申 問 総合型地域スポーツクラブ ☎62-3661	
【総合型地域スポーツクラブ】 はじめてヨガ	9/6・13・20・27 (毎週水曜日) 19:45～20:45 葛巻地区ふるさとセンター	ゆっくりと体をほぐしながら身体を整えたり柔軟性をアップしていきましょう。初心者大歓迎！年間で開催しています。	[申込]必要 [対象]大人(中学生以上) [定員]20名 [料金]2,400円/月(別途、割引年会費保険料) [持物]ヨガマット/タオル/飲み物
		申 問 総合型地域スポーツクラブ ☎62-3661	
【悠々ライフ】 ピンポンで 遊びましょう	9/7・14・21 (いずれも木曜日) 9:30～11:30 7日:総合体育館 14日・21日:今町体育館	卓球ではなく、誰もがやったことのある「ピンポン」です。初心者向けの「マイペースコーナー」もありますので、みんなで楽しみましょう！	[申込]不要 [料金]100円(保険料) [持物]運動靴/ラケット(貸出もあり)
		問 悠々ライフ事務局(まちづくり課内) ☎62-7801	
【総合型地域スポーツクラブ】 オールマイティー スポーツ	9/7・14・21・28 (毎週木曜日) 17:30～18:30 総合体育館	苦手・得意を問いません。運動の基礎を学び、スポーツ体験から得意競技を見つけよう！年間で開催しています。	[申込]必要 [対象]小学生 [定員]25名 [料金]2,400円/月(別途、割引年会費保険料) [持物]運動靴/タオル/飲み物
		申 問 総合型地域スポーツクラブ ☎62-3661	
【総合型地域スポーツクラブ】 HIPHOPダンス (入門)	9/7・14・21・28 (毎週木曜日) 18:00～19:00 アルカディア小ホール/ 中央公民館中ホール	踊る楽しさを教えます。イベント出演あり。年間で開催しています。	[申込]必要 [対象]年長～高校生 [定員]15名 [料金]2,750円/月(別途、割引年会費保険料) [持物]運動靴/タオル/飲み物
		申 問 総合型地域スポーツクラブ ☎62-3661	
【総合型地域スポーツクラブ】 よるヨガ 短期教室	9/7・14・21・28 (毎週木曜日) 19:00～20:00 ネーブルみつけ 研修室1他	呼吸や筋肉をつくる事で代謝をあげ、健康維持へ。ゆっくり眠れると評判です。 7/6～9/27全10回	[申込]必要 [対象]大人(中学生以上) [定員]25名 [料金]7,700円/11回(別途、保険料) [持物]ヨガマット/タオル/飲み物
		申 問 総合型地域スポーツクラブ ☎62-3661	
【総合型地域スポーツクラブ】 夜ヨガ教室	9/7・14・21・28 (毎週木曜日) 20:15～21:15 ネーブルみつけ 研修室1他	呼吸や筋肉をつくる事で代謝をあげ、健康維持へ。1日の疲れを取りゆっくり眠れます。年間で開催しています。	[申込]必要 [対象]大人(中学生以上) [定員]25名 [料金]2,400円/月(別途、割引年会費保険料) [持物]ヨガマット/タオル/飲み物
		申 問 総合型地域スポーツクラブ ☎62-3661	
【悠々ライフ】 楽々バドミントン	9/9(土) 14:00～16:00 総合体育館	初心者を中心とした羽根つきを楽しむバドミントンです。シャトルを打ってリフレッシュ！羽根つきバドミントンで遊びましょう。	[申込]不要 [料金]50円(保険料) [持物]運動靴/ラケット(貸出もあり)
		問 悠々ライフ事務局(まちづくり課内) ☎62-7801	



事業名	とき・ところ	内 容	詳 細
【悠々ライフ】 グラウンドゴルフ	9/11・18(祝) (いずれも月曜日) 9:15～11:30 見附運動公園 多目的グラウンド	お子さんから高齢者まで幅広く愛されているスポーツです。清々しい青空の下のびのびと体を動かして楽しく健康作り！初心者歓迎です。	[申込]不要 [料金]100円(保険料) [持物]グラウンドゴルフ用クラブ/ボール(1名分貸出用あり) [その他]雨天中止、開催されるかどうかは当日8:30以降に事務局へお問合せ下さい。
			問 悠々ライフ事務局(まちづくり課内) ☎62-7801
【悠々ライフ】 山に登ろう ～菩提寺山～	9/14(木) 9:00～17:00 [行先]新潟市秋葉区 [集合]9:00ネーブルみつけ	菩提寺山山頂上からの展望と休憩施設からは東は五泉連峰、西は越後平野が一望できます。	[申込]必要 8/21(月)9:00受付開始(☎申込不可) [定員]15名 (定員を超えたらキャンセル待ち) [料金]300円(保険料) ※入浴代別 [持物] 昼食/雨具/登山用の服装と靴/健康保険証のコピー(装備不良の方は参加を断る場合があります)
			申問 悠々ライフ事務局(まちづくり課内) ☎62-7801
【悠々ライフ】 スポーツ健幸吹矢 練習・体験会	9/14(木) 9:30～11:30 ネーブルみつけ 多目的広場	日本古来の吹矢が得点競技としてスポーツに進化しました。！肺機能を高め、健康面にも効果が期待できます。見学もできます。	[申込]不要 [料金]100円(保険料) [持物]吹矢 ※5名分の用具(吹矢)の貸出が可能です。
			問 悠々ライフ事務局(まちづくり課内) ☎62-7801
【総合型地域スポーツクラブ】 いつまでも ぴんぴん！ 健康体操	9/14・28 (いずれも木曜日) 10:00～11:00 ネーブルみつけ 研修室1/多目的広場	ストレッチや脳トレなどを行い、元気でイキイキとした生活を送るための教室です。	[申込]必要 [対象]大人(中学生以上) [定員]20名 [料金]600円/月(別途、割引年会費保険料) [持物]ヨガマット/タオル/飲み物
			申問 総合型地域スポーツクラブ ☎62-3661
【悠々ライフ】 カーリンコン	9/16・30 (いずれも土曜日) 14:00～16:00 ネーブルみつけ 研修室1	コートの中に投げ入れた「的」に向かってディスクを投げ、的との距離によって得点を競うニュースポーツ。年齢に関係なくどなたでも楽しめます。	[申込]不要 [申込]30名 [料金]100円(保険料)
			問 悠々ライフ事務局(まちづくり課内) ☎62-7801
【悠々ライフ】 カーリンコン 体験・練習会	9/27(水) 9:30～11:30 今町公民館 大集会室	「カーリング」に似たニュースポーツ「カーリンコン」の体験会です。年齢に関係なくどなたでも楽しめます。お気軽にご参加下さい。	[申込]不要 [定員]30名 [料金]100円(保険料)
			問 悠々ライフ事務局(まちづくり課内) ☎62-7801
【悠々ライフ】 パウンドテニス	9/28(木) 9:30～11:30 総合体育館	バドミントンのコートを使ったニュースポーツです。体力、年齢に応じた運動が可能！初心者も気楽にご参加下さい。	[申込]不要 [料金]100円(保険料) [持物]運動靴/ラケット(貸出もあり)
			問 悠々ライフ事務局(まちづくり課内) ☎62-7801



趣 味



事業名	とき・ところ	内 容	詳 細
絵手紙教室 ひまわり	9/6(水) 9:00～11:30 ネーブルみつけ 研修室1	絵手紙を体験してみませんか。 [今月の内容] 夏野菜を描く	[申込]初めてのの方は事前に申込が必要 [講師]中村・矢沢 [料金]200円 [持物]はがき/野菜(きゅうり、とまと、ピーマン)
			申問 絵手紙教室ひまわり 中村 ☎63-0621
【ふぁみりあ】 北陸ガス料理教室 inふぁみりあ	9/6(水) 10:00～13:00 ふぁみりあ 調理室等	家庭料理からシェフによる本格派メニューまで気軽に参加できる料理教室。[献立]三色おはぎ、菊花豆腐のすまし汁、菊の酢の物	[申込]必要8/16(水)☎ [講師]古川素子(管理栄養士) [定員]12名※応募者多数の場合は抽選。開催日の約2週間前に抽選結果を郵送 [料金]1回1,000円 [持物]エプロン/マスク/三角巾/布巾3枚/筆記用具 [共催]北陸ガス株式会社
			申問 ふぁみりあ ☎62-1915
【悠々ライフ】 ゆうゆう 元気カラオケ	9/7(木) 9:30～11:30 ネーブルみつけ 多目的広場	ネーブルみつけでカラオケしよう！朝の歌声で元気でさわやかな一日のスタートを！素敵な歌声を聞かせてください♪	[申込]不要 [料金]無料 ※マスク着用、感染症対策への協力をお願いします。
			問 悠々ライフ事務局(まちづくり課内) ☎62-7801



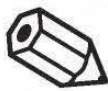
事業名	とき・ところ	内 容	詳 細
【悠々ライフ】 詩吟を楽しもう	9/8・15・22 (いずれも金曜日) 9:30～11:30 ネーブルみつけ 研修室2	「詩吟を一節」披露できたら料 だと思いませんか。講師が丁 寧に教えてくれますので、初心 者の方でも大丈夫です。	[申込]不要 [定員]20名 [料金]100円(講師謝金、資料代) [講師]名古屋悦郎(神藍)、永井藤子(詠風)
		問 悠々ライフ事務局(まちづくり課内) ☎62-7801	
【ふぁみりあ】 折り紙サロン	9/9(土) 13:30～15:30 ※作品によって終了時間が 異なります。 ふぁみりあ ふぁみりあホール	四季折々の作品を楽しく折 ります。指先の訓練やアタマ の体操にもなります。	[申込]不要 [講師]金子 令 [料金]200円(材料費別) [持物]折り紙/ボンド/ハサミ/つまようじ ※マスクの着用をお願いします。
		問 ふぁみりあ ☎62-1915	
【悠々ライフ】 みつけを 写生しよう	9/12(火) 9:00～12:00 中央公民館 美術工芸室	写生を通して故郷みつけを再発見 しませんか。あなたのお住いの町 内を撮影した風景等を写生しま す。水彩画又はスケッチでもOKで す。	[申込]必要8/21(月)9:00受付開始(☎は同日13:00～) [定員]12名 [料金]100円(保険料) [持物]水彩絵具/画材又はスケッチ用具/飲み物
		申 問 悠々ライフ事務局(まちづくり課内) ☎62-7801	
【まちの駅講座】 おいしいおはぎを 作りましょう	9/12(火) 午前コース10:00～11:30 午後コース13:30～15:00 ふぁみりあ 調理室等	つぶあん、こしあんのおはぎ を作ります。お持ち帰り、試 食もあります。	[申込]必要 [講師]泊屋菓子舗 [料金]1,000円 [定員]各コース16名(先着順) [持物]エプロン/三角巾/ 布巾2枚/マスク/持ち帰り用容器/ビニール手袋 [主催] お菓子の駅 泊屋菓子舗 [協力]まちの駅ネットワークみつ け・NPO法人生き生き企画
		申 問 ふぁみりあ ☎62-1915	
【悠々ライフ】 施設巡り ～糸魚川ジオパーク 他～	9/15(金) 8:30～16:30 [行先]糸魚川市方面 [集合]8:30ネーブルみつけ	糸魚川はフォッサマグナに代表さ れる貴重な地質・素晴らしい景観 を見ることが出来る世界的に価値 ある地域です。その関連施設を巡り ます。	[申込]必要 8/21(月)9:00受付開始(☎申込不可) [定 員]15名(定員を超えたらキャンセル待ち) [料金]1,500円 (保険料、高速料金) ※入館料自己負担 [持物]昼食/飲み 物/帽子/タオル/雨具/健康保険証のコピー
		申 問 悠々ライフ事務局(まちづくり課内) ☎62-7801	
【学習人材バンク登録講師 による自主企画講座】 相続講座	9/18(月・祝)13:30～15:30 11/13(月)19:00～21:00 1/8(月・祝)13:30～15:30 3/11(月)19:00～21:00 今町公民館 視聴覚室	家族の絆に大きくかわる現代の 相続について考えてみませんか。 相続でもめないために今何をすべ きなのか、自身と相続を考える学 習会です。	[申込]必要 各講座の一週間前 ☎ [講師]福原孝雄(FP 技能士1級、終活カウンセラー1級) [定員]10名(先着順) [料金]1回500円 [持物]筆記用具 ※各回とも講座内容は同じです。
		申 問 中央公民館 ☎62-1058	
【悠々ライフ】 悠々ビデオ観賞会 ～ビデオで見附をPR～	9/19(火) 13:30～15:00 ネーブルみつけ 研修室1	平成16年中央公民館主催の「ビデ オ制作講座」参加者で作成された 「見附PRビデオ」の中の「戊辰戦争 と見附」・「いいとこみつけ」を上映し ます。	[申込]不要 [定員]50名 [料金]無料 [上映]マチヤ映像 斎藤正一
		問 悠々ライフ事務局(まちづくり課内) ☎62-7801	
【悠々ライフ】 アルビ応援隊	9/23(土・祝) 12:00～17:30 (14:00キックオフ) [行先]新潟市デンカビッグスワ ンスタジアム [集合]12:00市役所駐車場	今回の対戦相手は、「横浜FC」 です。「勝点3」及び「ベストテン 上位」を目指して精一杯応援し ましょう。	[申込]必要 8/21(月)9:00受付開始(☎申込不可) [定員]15名(定員を超えたらキャンセル待ち) [料金]2,000円(保険料、高速料金) [持物]飲み物/帽子/タオル/雨具/健康保険証のコピー
		申 問 悠々ライフ事務局(まちづくり課内) ☎62-7801	
【学習人材バンク登録講師 による自主企画講座】 デトックスヨガ教室	9/24(日) 10:00～11:00 中央公民館 和室2	ヨガの呼吸とポーズを行うことで心 と体を整え、体内から毒素や老廃 物を取り除くデトックス効果が期待 できます。※体をたくさん動かしま す。	[申込]必要 9/15(金) ☎ [講師]惣角陽平(ヨガ講師) [定員]5名(先着順) [料金]無料 [持物]ヨガマット/動きやすい服装/飲み 物/タオル
		申 問 中央公民館 ☎62-1058	
【悠々ライフ】 悠々歌声喫茶	9/24(日) 14:00～15:00 ネーブルみつけ 市民交流サロン	童謡から昔なつかしい名曲 まで、みんなで音楽を楽し みましょう。	[申込]不要 [料金]無料 ※マスク着用、感染症対策への協力をお願いします。
		問 悠々ライフ事務局(まちづくり課内) ☎62-7801	
【悠々ライフ】 みんなで 手芸を楽しもう！！	9/28(木) 13:30～15:00 ネーブルみつけ 研修室2	初心者から経験者までみん なで楽しんでみませんか？ お気軽にご参加ください。	[申込]必要8/21(月)9:00受付開始(☎は同日13:00～) [定員]10名 [料金]500円(材料費) [持物]手芸道具
		申 問 悠々ライフ事務局(まちづくり課内) ☎62-7801	



学 び



事業名	とき・ところ	内 容	詳 細
【図書館】 読み聞かせボランティア 養成講座 (全2回)	8/30(水)・9/13(水) 10:00～11:30 図書館 2階集会室	ボランティアを始めてみませんか。保育園・図書館で絵本を読みます。ぜひご参加下さい。	[申込]必要 7/20(木)～受付開始(図書館カウンターまたは☎でお申込みください) [定員]5名(先着順) [料金]無料
		申 問 図書館 ☎62-3759	
【図書館】 おはなしのじかん 012	9/1(金) 10:30～10:50 図書館 2階視聴覚室	0.1.2歳を対象に読み聞かせや手遊びをして、みんなで楽しい時間を過ごしましょう。	[申込]不要 [料金]無料
		問 図書館 ☎62-3759	
【悠々ライフ】 初心者パソコン ～Word(ワード)～	9/2-30 (いずれも土曜日) 13:30～15:00 中央公民館 中ホール	パソコンのWord(ワード)で簡単な文書を作ってみましょう。初心者でも楽しく学べます。	[申込]必要 8/21(月)9:00受付開始(☎は同日13:00～) [定員]20名 [料金]各100円(講師謝金/資料代) [持物]パソコン(貸出は先着3名まで)
		申 問 悠々ライフ事務局(まちづくり課内) ☎62-7801	
【図書館】 木曜日 おはなしのじかん	9/7・14・21・28 (毎週木曜日) 16:30～16:50 図書館 1階児童コーナー	読み聞かせグループ「おはなしの旅」の会員が絵本を読みます。保育園、幼稚園の帰りなどにぜひどうぞ。	[申込]不要 [料金]無料
		問 図書館 ☎62-3759	
【今町公民館】 おはなしの世界	9/9(土) 10:00～11:00 今町公民館 視聴覚室	毎月第2土曜は絵本の読み聞かせとお楽しみ。9月は☆折り紙でお月見☆です。みんなきてね。おうちの方もどうぞ。	[申込]不要 [対象]お子さん・おうちの方 [料金]無料
		問 今町公民館 ☎66-2313	
【図書館】 第2・4土曜日 おはなしのじかん	9/9・23 (第2・4土曜日) 10:30～10:50 図書館 1階児童コーナー	読み聞かせグループ「なでしこ」の会員が、絵本を読みます。土曜日のひとときを親子でお楽しみください。	[申込]不要 [料金]無料
		問 図書館 ☎62-3759	
【悠々ライフ】 写経体験	9/11(月) 13:15～16:00 [行先]庄川寺 [集合]13:15ネーブルみつけ	見附の名刹・庄川寺で心落ち着く写経体験をしませんか。小筆をお持ちください。	[申込]必要 8/21(月)9:00受付開始(☎は同日13:00～) [定員]15名(定員を超えたらキャンセル待ち) [料金]500円(保険料、材料費) [持物]小筆
		申 問 悠々ライフ事務局(まちづくり課内) ☎62-7801	
【悠々ライフ】 いまさら聞けない パソコン・IT ～ エクセルの関数入門 ～	9/16(土) 9:30～11:00 中央公民館 中ホール	金種計算、集計表など、少し手の込んだ表を作るのに大きな手助けとなる関数。どのように使えばよいか学びます。初めての方もお気軽に。	[申込]必要 8/21(月)9:00受付開始(☎は同日13:00～) [定員]25名 [料金]100円(資料代) [持物]パソコン(Windows)、スマホなど (持参しない場合は聴講のみ)
		申 問 悠々ライフ事務局(まちづくり課内) ☎62-7801	
学び座 미래の食卓 バランス食と地消を楽しむ	9/21(木) 10:00～12:30 保健福祉センター 集団検診室・調理室	見附の料理人と一緒に、旬の料理を作りながら「日本型食生活」を学びませんか。[献立]新米ご飯、おからと豆腐の五目ボール、さばそぼろ、具沢山カレー汁、パプリカの塩麹和え	[申込]必要 9/11(月)☎ [講師]岩渕智博氏(会席仕出し 魚龍代表) [定員]20名(先着順) [料金]1,000円 [持物]エプロン/三角巾/マスク/布巾3枚/手拭き/筆記用具 [共催]見附市健康福祉課
		申 問 観光物産協会 ☎89-6277	
父親も祖父母も みんなで子育て	9/23(土) 13:30～15:00(受付 13:15～) 見附地域支援センター ※こどもの居場所 プレイラボみつけ裏	子育てに関わることの大切さ、そのためのコミュニケーションについて講師からお話していただきます。	[申込]必要(当日参加可能) [講師]中條美奈子(マミーズネット理事長) [定員]30名(先着順) [料金]無料 [持物]筆記用具 [託児]あり/無料/生後6か月～就学前のお子さん/先着5名/要申込
		申 問 市民税務課市民相談係 ☎62-1700(内線145)	
【悠々ライフ】 歴史を訪ねて ～新発田城・清水園 他～	9/27(水) 9:00～17:30 [行先]新発田市方面 [集合]9:00ネーブルみつけ	新発田城は別名「菖蒲城」と呼ばれ、新発田藩の藩庁が置かれた国の重要文化財です。今回は新発田城を中心に新発田市の歴史を訪ねます。	[申込]必要 8/21(月)9:00受付開始(☎申込不可) [定員]15名(定員を超えたらキャンセル待ち) [料金]1,500円(保険料、高速料金)※入館料自己負担 [持物]昼食/飲み物/帽子/タオル/雨具/健康保険証のコピー
		申 問 悠々ライフ事務局(まちづくり課内) ☎62-7801	



学 び



事業名	とき・ところ	内 容	詳 細
【図書館】 読書サロン	9/28(木) 19:00~20:30 図書館 2階視聴覚室	みんなでわいわいテーマー 本について話します。 気軽にご参加ください。	[申込]不要 [料金]無料
		問 図書館 ☎62-3759	


＊その他



事業名	とき・ところ	内 容	詳 細
【図書館】 書庫開放	9/24(日) 13:00~16:00 図書館 2階 書庫	2階の書庫を、文学部門に 限り開放し、その場で貸出も します。なつかしい本に出合 えますよ。	[申込]不要 [料金]無料
		問 図書館 ☎62-3759	

10月以降のイベント



事業名	とき・ところ	内 容	詳 細
【子育て支援センター】 ママのリフレッシュ講座③ 水引ストラップ講座	10/2(月) 10:00~11:30 学校町子育て 支援センター (ネーブルみつけ内)	 ママ同士でおしゃべりしながら 楽しく作りましょう！水引と 水晶の色を選ぶことが出来 ます。是非ご参加ください。	[申込]必要 9/1(金)~9/22(金)☒ [講師]土田 昌美 [定員]6名程度 [材料費]500円 [託児]あり(子ども1人300円)
			申問 学校町子育て支援センター ☎62-7803
【ふぁみりあ】 北陸ガス料理教室 inふぁみりあ	10/24(火) 10:00~13:00 ふぁみりあ 調理室等	家庭料理からシェフによる本格派メ ニューまで気軽に参加できる料理教 室。[献立]きのこのブイヨンスープ、ス パゲッティーボンゴレビアンコ、栗のプ リュレ	[申込]必要10/3(火)☒ [講師]平野芳春(元ホテルシェフ) [定員]12名※応募者多数の場合は抽選 開催日の約2週間前 に抽選結果を郵送 [料金]1回1,000円 [持物]エプロン/マスク/ 三角巾/布巾3枚/筆記用具 [共催]北陸ガス株式会社
			申問 ふぁみりあ ☎62-1915
【アルカディア】 月亭方正・桂宮治 東西会	10/29(日) 14:00(開場13:30~) アルカディア 大ホール	お笑い芸人を経て40歳で初高座を 果たした月亭方正と30代で真打昇 進を果たし「笑点」メンバーとしても活 躍する桂宮治。ともに初高座が2008 年の2人が贈る落語会です。	[申込]チケットが必要です。8/19(日)10:00~受付開始(☒ は同日13:00~) [料金]全席指定 3,800円(当日4,000円) ※未就学児入場不可 [出演]:月亭方正、桂宮治
			申問 文化ホール アルカディア ☎63-5321
【アルカディア】 鈴木康博・太田裕美・ 細坪基佳コンサート ~青春のCalendar~	11/12(日) 15:00(開場14:30~) アルカディア 大ホール	元「オフコース」の鈴木康博、元 「ふきのとう」の細坪基佳に太田裕 美を加え、それぞれのヒット曲と青 春ポップスをお楽しみください。	[申込]チケットが必要です。 [料金]全席指定 6,000円 ※未就学児入場不可 [出演]鈴木康博、太田裕美、細坪基佳
			申問 文化ホール アルカディア ☎63-5321

◎各施設の使用ルールを守ってご参加ください。

◎各種催しの開催について変更になる場合があります。
各問い合わせ先にご確認ください。

♪ 9月の子育て支援センターのイベント紹介♪



イベントカレンダー配布場所		
・市役所	・今町出張所	・ネーブルみつけ
・図書館	・文化ホールアルカディア	
・ギャラリーみつけ		・各公民館
・各地区ふるさとセンター		・市立病院
・各子育て支援センター		・総合体育館
・今町体育館	・ふぁみりあ	・パティオにいがた
・ほっとびあ	・見附駅	

次回発行日は9月22日(金)です。

おやこひろば③
～パパとあそぼう！～
バルーンパフォーマンス
9/2(土)10:30～
学校町子育て支援センター
(ネーブルみつけ内)

出張！子育てセンター①
ハワイアンリトミック
9/27(水)10:30～
市民武道館2階
剣道場

ママのリフレッシュ講座②
心もからだもほぐすヨガ
9/19(火)10:00～
学校町子育て支援センター
(ネーブルみつけ内)

※詳細は1・2ページの「★イベント」をご覧ください！