

～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 8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。(右上をご覧ください)
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)



第13回エコアクションinみつけ 8/6(日)



楽しく遊びながらエコを学ぼう!

第7回夏休みわくわく体験塾展覧会 8/9(水)～8/20(日)



夏休み小学生講座の作品を見に来てね!

イベントカレンダー配布場所

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

次回発行日は8月18日(金)です。

[分類] ★(イベント):P1 ♥(健康・福祉):P1～2 ①(スポーツ):P2～5 ☺(趣味):P5～6 ②(学び):P6～7 ✨(その他):P7 9月以降のイベント:P7

日付	専 業 名	日付	専 業 名
7/30	【アルカディア】★小田井涼平トークショー～普通のおじさんには展れない～チケット	10 木	【総合型地域スポーツ】①HIPHOPダンス(入門) 申 【総合型地域スポーツ】②よるヨガ短期教室 申 【総合型地域スポーツ】③夜ヨガ教室 申
1 火	—— ♥今町・交流広場おれんちのお茶の間 【総合型地域スポーツ】④ZUMBA 申 【総合型地域スポーツ】⑤肩こり腰痛予防教室 申 【総合型地域スポーツ】⑥リフレッシュヨガ 申 【総合型地域スポーツ】⑦ジュニアスポーツ万能教室 申 【総合型地域スポーツ】⑧キッズチア(年中～年長)短期教室 申 【総合型地域スポーツ】⑨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】⑩楽しい筋トレピクス 申	11 金	山の日 【悠々ライフ】☺「詩吟を楽しもう」
2 水	—— ♥ネーブルダンス —— ♥健幸カラオケ教室 申	12 土	【図書館】⑪第2・4土曜日おはなしのじかん 【悠々ライフ】⑫楽々バドミントン 【悠々ライフ】⑬カーリンコン 【悠々ライフ】⑭アルビ応援隊 申
3 木	【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 【図書館】⑮木曜日おはなしのじかん	14 月	悠々ライフ⑯グラウンドゴルフ
4 金	【ギャラリーみつけ】★創進学園高等学校デザイン・アートコース第6回校外展 申 【総合型地域スポーツ】⑰ほぐして動かす身体ラクラク運動 申 【図書館】⑱おはなしのじかん012 【総合型地域スポーツ】⑲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】⑳ランニング教室(金曜日) 申 【総合型地域スポーツ】㉑はじめてエアロピクス 申	15 火	【子育て支援センター】★おやこひろば②～パパとあそぼう!～ 【悠々ライフ】☺悠々ビデオ観賞会 17 木 【悠々ライフ】⑳スポーツ健幸吹矢練習・体験会 【悠々ライフ】㉒バウンドピクス
5 土	【総合型地域スポーツ】㉓親子うんどうあそび(土曜日) 申 【今町公民館】⑳おはなしの世界 【ふぁみりあ】☺バジル&オレガノ香るピザ焼き 申 【総合型地域スポーツ】㉕ステップ運動 申 【悠々ライフ】㉗初心者パソコン～Word(ワード)～ 申 【総合型地域スポーツ】㉙パレトン 申	18 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
6 日	—— ★第74回新潟県消防大会 —— ★第13回エコアクションinみつけ 【総合型地域スポーツ】㉚トータルフィットネス 申	19 土	【悠々ライフ】㉜いまさら聞けないパソコン・IT 申 【地域包括支援センター】♥オレンジカフェ 南 【市展のつどい】☺発泡スチロール彫刻講座(彫刻) 申 【市展のつどい】☺裸婦デッサン会(洋画) 申 20 日 【市展のつどい】☺刻字講座(書道) 申 【アルカディア】★ハンサム四兄弟スペシャルコンサートチケット
7 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】㉛ボクシングシェイプ 申 —— ☺リフレッシュ教室 申	22 火	—— ♥認知症介護家族交流会 申
8 火	【悠々ライフ】☺みつけを写真しよう 【悠々ライフ】♥悠々健幸カラオケ	23 水	悠々ライフ⑳カーリンコン体験・練習会
9 水	【ギャラリーみつけ】★第7回夏休みわくわく体験塾展覧会 申 【総合型地域スポーツ】㉜ランニング教室(水曜日) 申 【総合型地域スポーツ】㉝はじめてヨガ 申	24 木	悠々ライフ☺みんなで手芸を楽しもう!! 申 【図書館】㉞読書サロン
10 木	【悠々ライフ】㉟山に登ろう～三ノ峠山～ 申 —— ★見附市文芸協会・絲の会合同作品展 【総合型地域スポーツ】㊱いつまでもびんびん!健康体操 申 【ふぁみりあ】☺北陸ガス料理教室inふぁみりあ 申 【総合型地域スポーツ】㊲オールマイティースポーツ 申	25 金	【地域包括支援センター】♥オレンジカフェ 中央
		27 日	【図書館】✨書庫開放 【市展のつどい】☺モデルデッサン会(日本画) 申 【悠々ライフ】☺悠々歌声喫茶
		9月のイベント	
		2 土	【市展のつどい】☺木版画講座 申
		10月のイベント	
		9 月	【アルカディア】★指揮者・船橋洋介講演 チケット 【アルカディア】★ピアニスト三船優子公開レッスン受講者募集 チケット
		11月のイベント	
		12 日	【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～ チケット

※ 申:事前申込みが必要です ※ 子:子ども向け
※ チケット:チケットが必要です

休館日のお知らせ

- 【ふぁみりあ】 8/28(月)
- 【図書館】 8/7(月)・14(月)・21(月)・28(月)
- 【ギャラリーみつけ】 8/7(月)・14(月)・21(月)・28(月)
- 【アルカディア】 8/15(火)

清掃日のお知らせ

- 【ネーブルみつけ】 8/28(月)



※開館は午後5時まで

- ◎各施設の使用ルールを守ってご参加ください。
- ◎各種催し物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。



★ イベント



事業名	とき・ところ	内 容	詳 細
【アルカディア】 小田井涼平トークショー ～普通のおじさんには 戻れない～	7/30(日) 14:00(開場13:15～) アルカディア 大ホール	歌謡コーラスグループ・純烈を卒業し、ソロとして活躍を開始した小田井涼平のトークショーです。	[申込]チケットが必要です。[定員] 838名 [料金]全席指定 前売2,500円、当日2,800円 ※未就学児入場不可 [出演]小田井涼平、さとちん(MC)
		申 問 文化ホール アルカディア ☎63-5321	
【ギャラリーみつけ】 創進学園高等学校 デザイン・アートコース 第6回校外展	8/4(金)～6(日) 10:00～21:00 ※8/6は16:00まで (入場は15:30まで) ギャラリーみつけ 2階フロア	見附市にある創進学園高等学校の1・2年生の作品を展示。会期中の10:00～16:00は学生が作品の案内を行います。	[申込]不要 [料金]無料 [主催]創進学園高等学校デザイン・アートコース
		問 ガalleryみつけ ☎84-7755	
第74回新潟県 消防大会	8/6(日) [ポンプ操法]8:30～12:50 会場:西中学校 [式典]14:30～16:15 会場:アルカディア	西中学校を会場としたポンプ操法競技会に、見附市消防団選抜チームが代表として出場します。	[申込]不要 [料金]無料 [その他]車でお越しの際は、見附市立病院駐車場に駐車し、会場までシャトルバスをご利用ください。
		問 消防本部総務課消防団係 ☎62-0555	
第13回 エコアクション inみつけ	8/6(日) 9:00～15:00 ネーブルみつけ	身近な物を使った工作体験などブースをまわって楽しくエコを学びましょう。エコ自動車の展示もあります！	[申込]不要 [主催]生涯学習プランナー「実生の会」 [共催]見附市 
		問 都市環境課 環境企画係 ☎62-1700	
【ギャラリーみつけ】 第7回夏休み わくわく体験塾 展覧会	8/9(水)～20(日) 10:00～21:00 ギャラリーみつけ 展示室1・2	見附市夏休み小学生講座「わくわく体験塾」ギャラリー講座の作品を展示します。	[申込]不要 [料金]無料 [主催]ギャラリーみつけ [後援]見附市教育委員会
		問 ガalleryみつけ ☎84-7755	
見附市文芸協会・ 絲の会 合同作品展	8/10(木)～16(水) 9:00～21:45 ※8/10は15:00から ※8/16は16:00まで ネーブルみつけ 多目的広場	文芸協会(俳句・短歌・川柳サークル)と手芸サークル絲の会の作品を一緒に展示します。	[申込]不要 [料金]無料
		問 まちづくり課文化係 ☎62-7801	
【子育て支援センター】 おやこひろば② ～パパとあそぼう！～	8/15(火) 10:45～11:30 学校町子育て支援センター (ネーブルみつけ内)	パパやおじいちゃんと一緒に紙ひこうきを作りましょう！ふれあい遊びやお話も楽しめますよ。お気軽にどうぞ！	[申込]不要 [対象]小学校入学前までの お子さんと保護者 [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】 ハンサム四兄弟 スペシャルコンサート	8/20(日) 14:00(開場13:30～) アルカディア 大ホール	日本を代表する4人のバトン声楽グループ。魅力溢れる歌声は誰もが楽しめるコンサートとして人気を集めています。	[申込]チケットが必要です。 [料金]全席指定 2,500円、高校生以下 500円 当日同額 ※未就学児入場不可 出演:ハンサム四兄弟(宮本益光、与那城 敬、近藤 圭、加未 徹) 加藤昌則(ピアノ)、鈴木愛美(長岡出身・ソプラノ)
		申 問 文化ホール アルカディア ☎63-5321	

♥ 健康・福祉



事業名	とき・ところ	内 容	詳 細
今町・交流広場 おれんちの お茶の間	8/1(火)～31(木) (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	
ネーブルダンス	8/2・9・16・23・30 (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	8/2・9・16・23・30 (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
【地域包括支援センター西】 オレンジカフェ 西	8/7(月) 10:30~12:00 いいねか邸	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 語り合しましょう。	[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 見附市地域包括支援センター 西 ☎62-3345			
【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♪～	8/8(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	8/18(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 語り合しましょう。	[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 見附市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	8/18(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	8/19(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 語り合しましょう。	[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 見附市地域包括支援センター 南 ☎62-1750			
認知症介護 家族交流会	8/22(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			
【地域包括支援センター中央】 オレンジカフェ 中央	8/25(金) 10:00~11:30 中央公民館 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 語り合しましょう。	[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 見附市地域包括支援センター 中央 ☎63-3555			



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】 ZUMBA	8/1・8・22・29 (いずれも火曜日) 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	8/1・8・22・29 (いずれも火曜日) 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になる教室 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	8/1・8・22・29 (いずれも火曜日) 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】 ジュニアスポーツ 万能教室	8/1・8・22・29 (いずれも火曜日) 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			

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】 キッズチア (年中～年長) 短期教室	8/1・8・22・29 (いずれも火曜日) 17:30～18:20 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
【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)	8/1・8・22・29 (いずれも火曜日) 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】 楽しい筋トレピクス	8/1・8・22・29 (いずれも火曜日) 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トレとエアロピクス。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
【悠々ライフ】 ピンポンで 遊びましょう	8/3・10・24 (いずれも木曜日) 9:30～11:30 3・10日:総合体育館 24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。初心者のための「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】 ほぐして動かす身体 ラクラク運動	8/4・18・25 (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)	8/4・18・25 (いずれも金曜日) 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)	8/4・18・25 (いずれも金曜日) 18:30～19:30 運動公園/今町地区体育館(雨天時)	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
【総合型地域スポーツクラブ】 はじめてエアロビ (連携教室)	8/4・18・25 (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)	8/5・19・26 (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歳児とおうちの方 [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)	8/5・19・26 (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)	8/5・19・26 (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せるエクササイズ。(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)	8/6・20・27 (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

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】 ボクシングシェイプ	8/7・21・28 (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	8/7・21・28 (いずれも月曜日) 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】 ランニング教室 (水曜日)	8/9・16・30 (いずれも水曜日) 18:00～19:00 運動公園/ 総合体育館(雨天時)	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	8/9・23・30 (いずれも水曜日) 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す。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】 山に登ろう ～三ノ峠山～	8/10(木) 9:00～17:00 [行先]長岡市栖吉町 [集合]9:00ネーブルみつけ	長岡市営スキー場に隣接する三ノ峠山に登ります。三ノ峠山からは長岡市街が一望できます。皆さんも山歩きを始めてみませんか。	[申込]必要 7/18(火)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(装備不良の方は参加を断る場合があります)/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
【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	8/10・24 (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	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
【総合型地域スポーツクラブ】 オールマイティー スポーツ	8/10・17・24・31 (いずれも木曜日) 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)	8/10・17・24 (いずれも木曜日) 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	8/10・17・24・31 (いずれも木曜日) 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]7,000円/10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	8/10・17・24・31 (いずれも木曜日) 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	8/12(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
【悠々ライフ】 カーリンコン	8/12・19 (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。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

スポーツ



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	8/14・21 (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。清々しい青空の下で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】 スポーツ健康吹矢 練習・体験会	8/17(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！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			
【悠々ライフ】 パウンドテニス	8/17(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			
【悠々ライフ】 カーリンコン 体験・練習会	8/23(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			

趣味



事業名	とき・ところ	内 容	詳 細
【悠々ライフ】 ゆうゆう 元気カラオケ	8/3(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			
【ふぁみりあ】 バジル&オレガノ 香るピザ焼き	8/5(土) 10:00～12:00 [集合]9:50 ふぁみりあ 調理室等	花＊花ランドで採れたハーブを使ったピザを作ります。	[申込]必要 [講師]大場光夫 [料金]1人700円 ※当日キャンセルは材料費をいただきます。 [持物]エプロン/三角巾/マスク/ふきん2枚
申問 ふぁみりあ ☎62-1915			
【悠々ライフ】 みつけを写生しよう	8/8(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 7/18(火)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			
【ふぁみりあ】 北陸ガス料理教室 inふぁみりあ	8/10(木) 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。[メニュー]桃の冷製スープ、真鯛のポワレ バルサミソース、ピーチメルバ	[申込]必要 7/20(木)☎ [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 [講師]平野芳春(元ホテルシェフ) [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】 詩吟を楽しもう	8/11・18・25 (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」披露できたら粋だと思いませんか。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(神監)、永井藤子(詠風)
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	8/12(土) 16:00～21:30 (18:00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]16:00市役所駐車場	今回の対戦相手は、「湘南ベルマーレ」です。「勝点3」及び「ベストテン上位」を目指して一杯応援しましょう。	[申込]必要 7/18(火)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、高速料金等) [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			
【悠々ライフ】 悠々ビデオ観賞会 ～浄覚寺・共存共栄～	8/15(火) 13:30～15:00 ネーブルみつけ 研修室1	4月16日アルカディアにて上映されたビデオから江戸時代に植樹された大杉「浄覚寺の大杉」と庄川町の冬の自然界と共に歩む「共存共栄」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			



趣

味



事業名	とき・ところ	内 容	詳 細
【市展のつどい】 裸婦デッサン会 (洋画)	8/19(土) 13:00~17:00 今町公民館 大集会室	裸婦モデルのデッサンを行います。貴重なこの機会に人物画の技術を磨きませんか。	[申込]必要 8/8(火)☞ [講師]村山徳成 [定員]20名(定員を超えた場合抽選)※18歳以上(高校生不可) [料金]1,500円 [持物]スケッチブック、画材など持込可 ※写真撮影禁止 申 問 市展実行委員会事務局(まちづくり課内) ☎62-7801
【市展のつどい】 発泡スチロール 彫刻講座 (彫刻)	8/19(土)・27(日)、 9/3(日)・10(日) 13:00~17:00 ギャラリーみつけ ぶらっとルーム	初心者でも扱いやすい発泡スチロールを使い、彫刻制作に挑戦します。	[申込]必要 8/8(火)☞ [講師]斉藤博文 [定員]6名 [料金]2,500円 [持物]スケッチブック/筆記用具/電熱カッター(準備できる方)/大きめのカッター/アクリル絵の具/木工用ボンド 申 問 市展実行委員会事務局(まちづくり課内) ☎62-7801
【市展のつどい】 刻字講座 (書道)	8/20(日)・27(日)、 9/10(日)・17(日)・24(日) 13:30~16:00 ネーブルみつけ 研修室1	セラミックボードと彫刻刀を使って、自分の好きな文字を陰刻で市展に出品します。	[申込]必要 8/10(木)☞ [講師]横山朋子 [定員]10名 [料金]4,500円 [持物]書道用具一式/彫刻刀/新聞紙 申 問 市展実行委員会事務局(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!!	8/24(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 7/18(火)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
【市展のつどい】 モデルデッサン会 (日本画)	8/27(日) 13:00~17:00 中央公民館 中ホール	人物デッサンにチャレンジしませんか? 鉛筆と画用紙を使ったモデルデッサン会です	[申込]必要 8/17(木)☞ [講師]小林路子 [定員]10名 [料金]1,000円 [持物]デッサン用具(画用紙、日本画用絵具等)持込可 ※写真撮影禁止 申 問 市展実行委員会事務局(まちづくり課内) ☎62-7801
【悠々ライフ】 悠々歌声喫茶	8/27(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

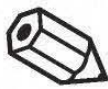


学

び



事業名	とき・ところ	内 容	詳 細
【図書館】 木曜日 おはなしのじかん	8/3・10・17・24・31 (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是非どうぞ。	[申込]不要 [料金]無料 問 図書館 ☎62-3759
【図書館】 おはなしのじかん 012	8/4(金) 10:30~10:50 図書館 2階視聴覚室	就園前の子供たちを対象に手遊びや絵本の読み聞かせを行います。図書館で楽しい時間をお過ごしください。	[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	8/5(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。8月は☆紙芝居と大型絵本☆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
【悠々ライフ】 初心者パソコン ~Word(ワード)~	8/5・26 (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 7/18(火)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】 第2・4土曜日 おはなしのじかん	8/12・26 (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



学 び



事業名	とき・ところ	内 容	詳 細
【悠々ライフ】 いまさら聞けない パソコン・IT ～ Googleマップを 使いこなす。～	8/19(土) 9:30～11:00 中央公民館 中ホール	Googleマップでタウン情報収集、道案内(カーナビ)、移動場所の記録など応用も含め、基本から学びます。初めての方もお気軽に。	[申込]必要 7/18(火)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	
【図書館】 読書サロン	8/24(木) 19:00～20:30 図書館 2階視聴覚室	みんなでわいわい本に関する話をします。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	8/27(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	

● 9月以降のイベント



事業名	とき・ところ	内 容	詳 細
【市展のつどい】 木版画講座	9/2・9・16・23 (いずれも土曜日) 13:00～15:00 ギャラリーみつけ ぶらっとルーム	数色の色を使い分け、シンプルな構図の木版画を作ります。	[申込]必要 8/23(水)☎ [講師]小川宏 [定員]10名 [料金]1,000円 [持物]彫刻刀/エプロン/原画(30cm×22.5cm)/水性絵具(用意できる方)
		申 問 市展実行委員会事務局(まちづくり課内) ☎62-7801	
【アルカディア】 指揮者・船橋洋介講演	10/9(月・祝) 12:00(開場11:30～) アルカディア 大ホール	指揮者の船橋洋介先生より、ラフマニフをテーマに、その魅力について講演をいただきます。また、三船優子先生の演奏もお楽しみください。2部では三船先生のレッスンを見学できます。	[申込]チケットが必要です。8/10(木)9:00発売開始 [出演]船橋洋介(指揮者)、三船優子(ピアニスト) [料金]全席自由 一般500円 ※4歳以下入場不可 ※小学生以下入場無料
		申 問 文化ホール アルカディア ☎63-5321	
【アルカディア】 ピアニスト三船優子 公開レッスン 受講者募集	10/9(月・祝) 13:30～17:00(予定) アルカディア 大ホール	第一線で活躍するピアニストであり、京都市立芸術大学教授を務める 三船優子氏から直接指導を受ける事ができます。	[申込]必要 8/11(金・祝)☎ [定員]6名程度(審査あり) [応募方法]申込書、演奏を録音した音源、94円切手を貼った返信用封筒を窓口又は郵送にて申込 [料金]1コマ30分 7,000円。(1人2コマまで可) ※5歳以上 ※演奏歴不問
		申 問 文化ホール アルカディア ☎63-5321	
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。7/23(日)10:00～受付開始(☎は同日13:00～) [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	

第53回文芸祭【作品募集中】

～風景、自然、感じたことを「ことば」にしてみませんか？～

- ◇ジャンル……【一般/高校生】作文、詩、短歌、俳句、川柳 【ジュニア(小・中学生)】詩、短歌、俳句
- ◇申 込… 令和5年9月4日(月)☎ ※当日消印有効
- ◇応募用紙… 各公共施設に設置してある所定の用紙を使用してください。
見附市のホームページでもダウンロードできます。
- ◇審査・受賞… 特に優秀な作品は文芸祭賞・奨励賞を授与します。
入賞・入選作品は文芸祭入賞作品集に収録・刊行します。
表彰式は11月18日(土)に行います。
- ◇主 催… 見附市・見附市教育委員会・見附市文芸協会
- ◇申込み・問合せ… まちづくり課 文化係 ☎62-7801/メール bunka@city.mitsuke.niigata.jp

