

～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『ミック』

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。(左下をご覧ください)
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。

スマホでイベカシ

マチイロ紹介ページ
(市ホームページ)



第12回エコアクションinみつけ 8/7(日)



楽しみながらエコを知ろう

第6回夏休みわくわく体験塾展覧会 8/12(金)～21(日)



夏休み小学生講座の作品を見に来てね

休館日のお知らせ	
【ふぁみりあ】	8/28(日)
【図書館】	8/1(月)・8(月)・12(金)・15(月)・22(月)・29(月)
【ギャラリーみつけ】	8/1(月)・8(月)・15(月)・22(月)・29(月)
【アルカディア】	8/16(火)
清掃日のお知らせ	
【ネーブルみつけ】	8/31(水)

※開館は午後5時まで

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

日付	事業名	日付	事業名
1月	<ul style="list-style-type: none"> ★ サマーディスプレイみつけイングリッシュガーデン(7/23～) ♥ 今町・交流広場おれんちのお茶の間 ♥ オレンジカフェ 西 ⊕ ポクシングシェイプ ⊕ リフレッシュ教室 	10水	<ul style="list-style-type: none"> ★ 麻績勝広 具象絵画の新たな世界 海から宇宙へ ⊕ ランニング教室(総合体育館) ⊕ はじめてヨガ
2火	<ul style="list-style-type: none"> ⊕ ZUMBA ★ 製本とカリグラフィー展 ⊕ 肩こり腰痛予防教室 ⊕ リフレッシュヨガ 	11木	<p>山の日</p> <ul style="list-style-type: none"> ★ 麻績勝広展ギャラリーートーク
3水	<ul style="list-style-type: none"> ☺ 絵手紙教室ひまわり ♥ ネーブルダンス ♥ 健幸カラオケ教室 	12金	<ul style="list-style-type: none"> ★ 第6回 夏休みわくわく体験塾展覧会 ☺ 初心者パソコン～Word(ワード)～
4木	<ul style="list-style-type: none"> ⊕ ピンポンで遊びましょう ☺ 木曜日おはなしのじかん ⊕ オールマイティースポーツ ⊕ HIPHOPダンス(入門) ⊕ ピラティス ⊕ 夜ヨガ教室 	13土	<ul style="list-style-type: none"> 【図書館】 ☺ 第2・4土曜日おはなしのじかん
5金	<ul style="list-style-type: none"> ☺ 詩吟を楽しもう ★ 創造学園高等学校デザイン・アートコース第5回校外展 ☺ ほぐして動かす身体ラクラク運動 ☺ おはなしのじかん012 ⊕ ゆがみ改善骨盤体操(金曜日) ⊕ ランニング教室 ⊕ コンディショニングエアロ 	16火	<ul style="list-style-type: none"> ☺ 悠々ビデオ観賞会
6土	<ul style="list-style-type: none"> ⊕ 親子うんどうあそび(土曜日) ☺ おはなしの世界 ☺ バジル&オレガノ香る追いチーズ濃厚ピザづくり ⊕ ステップ運動 ⊕ カーリンコン ☺ アルビ応援隊 ⊕ バレトン 	17水	<ul style="list-style-type: none"> ☺ 北陸ガス料理教室 in ふぁみりあ
7日	<ul style="list-style-type: none"> ★ 第12回エコアクションinみつけ ⊕ トータルフィットネス 	18木	<ul style="list-style-type: none"> ⊕ スポーツ健幸吹矢
8月	<ul style="list-style-type: none"> ⊕ グラウンドゴルフ 	19金	<ul style="list-style-type: none"> ♥ 健康体操・タオル体操とレクリエーションゲーム ♥ オレンジカフェ 今町
9火	<ul style="list-style-type: none"> ♥ 悠々健幸カラオケ ⊕ ジュニアスポーツ万能教室 ⊕ チアリーディング(年長～小学2年生) ⊕ 楽しい筋トレピクス 	20土	<ul style="list-style-type: none"> ⊕ いまさら聞けないパソコン・IT ♥ オレンジカフェ 南 ☺ 発泡スチロール彫刻～立体アートに挑戦～ ☺ 色紙アート講座 ☺ 見附の雑学
		21日	<ul style="list-style-type: none"> ☺ 色紙アート展 ☺ 見附を写生しよう ♥ 認知症介護家族交流会
		22月	<ul style="list-style-type: none"> ☺ カーリンコン体験・練習会
		23火	<ul style="list-style-type: none"> ⊕ バウンドテニス ☺ ゆうゆう元気カラオケ ⊕ いつまでもびんびん!健康体操 ☺ みんなで手芸を楽しもう!! ☺ 読書サロン
		24水	<ul style="list-style-type: none"> ♥ オレンジカフェ 中央
		25木	<ul style="list-style-type: none"> ⊕ 楽々パドミントン ☺ モデルデッサン会 ☺ 彫刻講座 * 書庫開放
		26金	<ul style="list-style-type: none"> ★ 第29回銅版画会展
		27土	<ul style="list-style-type: none"> ☺ 県立歴史博物館出前講座「新潟の石仏」
		28日	<ul style="list-style-type: none"> ☺ はじめての書道
		30火	<p>9月のイベント</p> <ul style="list-style-type: none"> ☺ 木版画講座
		4日	<ul style="list-style-type: none"> ★ 木下晋 展 明日へ
		3土	<ul style="list-style-type: none"> ★ 第29回銅版画ワークショップ「デカルコマニー版画作り」
		10土	<p>11月のイベント</p> <ul style="list-style-type: none"> ★ 杉山清貴&三浦和人～僕らの深夜放送～

- ・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
 - ・ほっとぴあ
 - ・見附駅
- 次回発行日は8月19日(金)です。

※☑:事前申込みが必要です ※☺:子ども向け
※🎫:チケットが必要です

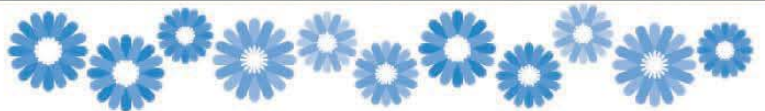
◎各施設の使用ルールを守ってご参加ください。
◎各種催し物の開催について変更になる場合があります。
各問い合わせ先にご確認ください。

★ イベント



事業名	とき・ところ	内容	詳細
 サマーディスプレイ inみつけイングリッシュ シュガーデン	7/23(土)～8/21(日) 8:40～日没まで みつけイングリッシュガーデン	バルーンやアンブレラ、サンキャッチャーで園内が華やかに彩られます。ディスプレイスポットで写真を撮ろう！(悪天候の場合は休止あり。)	[申込]不要 [料金]無料(草花の管理協力金としてひとり100円程度の寄付をお願いします。) [SNS投稿キャンペーン]ご自身のSNSから「#アンブレラスカイ」を付けて写真を投稿し、みらい市場でご提示頂いた方にみらい市場のお買物券100円分をプレゼントします。詳細は現地でご確認ください。
		問 みつけイングリッシュガーデン ☎66-8832	
【ギャラリーみつけ】 製本と カリグラフィー展	8/2(火)～7(日) 10:00～22:00 ※8/7は17:00まで ギャラリーみつけ 展示室1	西欧の伝統製本パッセカルトン(綴付け製本)を中心に、くろみ製本プラデル、アルファベットの古書体などをご紹介します。	[申込]不要 [料金]無料 [主催]綴人主宰 大筋実
		問 ギャラリーみつけ ☎84-7755	
【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5回校外展	8/5(金)～7(日) 10:00～22:00 ※8/7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	見附市創進学園高等学校1・2年生の校外展を開催。 ※10:00～16:00は、学生が作品のご案内をします。	[申込]不要 [料金]無料 [主催]創進学園高等学校
		問 ギャラリーみつけ ☎84-7755	
第12回 エコアクション inみつけ	8/7(日) 9:00～15:00 ネーブルみつけ	市内外の企業、団体がブースを設け、エコや環境について身近に体験できるイベントです。	[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 市民生活課生活環境係 ☎0258-62-1700(内線172)	
【ギャラリーみつけ】 麻績勝広 具象絵画の新たな世界 海から宇宙へ	8/10(水)～28(日) 10:00～22:00 ※8/28は16:00まで ギャラリーみつけ 2階フロア	長岡市在住の洋画家(見附特別支援学校教諭)の作品を展示。故郷糸魚川の石や水面の泡をテーマに描いています。静かに迫ってくる作品の変化をお楽しみください。	[申込]不要 [料金]無料 [主催]ギャラリーみつけ
		問 ギャラリーみつけ ☎84-7755	
【ギャラリーみつけ】 麻績勝広展 ギャラリートーク	8/11(木・祝) 14:00～15:00 ギャラリーみつけ 2階フロア	作家による作品解説会を開催します。	[申込]必要 8/7(日)☒ [定員]80名 [料金]無料 [主催]ギャラリーみつけ
		申問 ギャラリーみつけ ☎84-7755	
【ギャラリーみつけ】 第6回 夏休み わくわく体験塾 展覧会	8/12(金)～21(日) 10:00～22:00 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。	[申込]不要 [料金]無料 [主催]ギャラリーみつけ
		問 ギャラリーみつけ ☎84-7755	
【ネーブルみつけ】 色紙アート展 (駅長企画)	8/22(月)～9/4(日) 9:00～21:45 ※8/22は13:00より展示 まちの駅スペース	”折り紙”と”書”を融合させた「色紙(しきし)アート」を展示します。季節を感じる色とりどりの作品をぜひ見に来てください。	[申込]不要 [料金]無料 ※色紙アート講座(8/21(日)開催)の受講生作品も展示
		問 まちの駅ネーブルみつけ ☎62-7802	
【ギャラリーみつけ】 第29回 銅版画会展	8/30(火)～9/11(日) 10:00～22:00 ※9/11は16:00まで ギャラリーみつけ 展示室1・2	新潟県内の銅版画家たちのグループ展を開催。	[申込]不要 [料金]無料 [主催]ギャラリーみつけ
		問 ギャラリーみつけ ☎84-7755	

♥ 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(月)～30(火) (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	8/1(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 見附市地域包括支援センター 西 ☎62-3345	



事業名	とき・ところ	内容	詳細
ネーブルダンス	8/3・10・17・24・31 (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	8/3・10・17・24・31 (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	
【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♪～	8/9(火) 13:30～14:30 ネーブルみつけ 多目的広場	カラオケの機械を使って楽しく脳トレができる、今話題の「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 [講師]音楽健康指導士(スポーツ推進委員) [定員]30名(先着順) [料金]無料
		問 悠々ライフ事務局(まちづくり課内) ☎62-7801	
健康体操・タオル体操と レクリエーションゲーム	8/19(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今町】 オレンジカフェ 今町	8/19(金) 14:00～15:00 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 見附市地域包括支援センター 今町 ☎61-5221	
【地域包括支援センター南】 オレンジカフェ 南	8/20(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 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	8/23(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	8/26(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 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】 ボクシングシェイプ	8/1・8・22・29 (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！ 通年で開催しています。	[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 見附市総合型地域スポーツクラブ ☎62-3661	
リフレッシュ教室	8/1・8・22・29 (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 スポーツ振興係 ☎62-7801	
【総合型地域スポーツクラブ】 ZUMBA	8/2・9・23・30 (いずれも火曜日) 10:00～11:00 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。通年で開催しています。	[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 見附市総合型地域スポーツクラブ ☎62-3661	

スポーツ

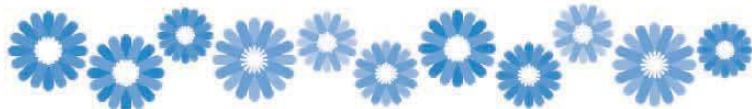


事業名	とき・ところ	内容	詳細
【総合型地域スポーツクラブ】 肩こり腰痛 予防教室	8/2・9・23・30 (いずれも火曜日) 10:30~11:30 ネーブルみつけ 研修室1/多目的広場	予防・改善の方法を学びましょ う。身体がとてもしなやかになり ます。通年で開催しています。	[申込]必要 [対象]大人 [定員]20名 [料金]2,400円/月(別途、割引年会費保険料) [持物]運動靴/タオル/飲み物
申 問 見附市総合型地域スポーツクラブ ☎62-3661			
【総合型地域スポーツクラブ】 リフレッシュヨガ	8/2・9・23・30 (いずれも火曜日) 13:30~14:30 市民武道館 剣道場	呼吸と身体感覚に意識を向 け、穏やかな状態にします。通 年で開催しています。	[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 見附市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	8/4・11・18 (いずれも木曜日) 9:30~11:30 4・11日:総合体育館 18日:今町体育館	卓球ではなく、誰もがやったことあ るピンポンです。初心者のための 「マイペースコーナー」も設けていま すので、みんなで楽しみましょう!	[申込]不要 [料金]50円(保険料等) [持物]運動靴/ラケット(貸出しもあり)
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	8/4・18・25 (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 基本動作はその動きを経験するこ とで習得します。いろいろなスポ ーツに挑戦してみよう!	[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 見附市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)	8/4・18・25 (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。通年で開催していま 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 見附市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】 ピラティス	8/4・18・25 (いずれも木曜日) 19:00~20:00 ネーブルみつけ 研修室1他	体幹を整えインナーマッスルから 鍛えます。美しい身体を作り ましょう。通年で開催していま 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 見附市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	8/4・18・25 (いずれも木曜日) 20:15~21:15 ネーブルみつけ 研修室1	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。通年で開催し 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 見附市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】 ほぐして動かす身体 ラクラク運動	8/5・19・26 (いずれも金曜日) 10:00~11:00 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。通年で開催していま 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 見附市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】 ゆがみ改善 骨盤体操 (金曜日)	8/5・19・26 (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ゆがみを 改善。肩こり、腰痛、膝痛予防 改善、妊活にも。通年で開催し 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 見附市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	8/5・19・26 (いずれも金曜日) 18:30~19:30 運動公園(雨天時今町 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。通 年で開催しています。	[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 見附市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】 コンディショニング エアロ (連携教室)	8/5・19・26 (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。(連携教室内の、どの 教室に参加してもOK)	[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 見附市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)	8/6・20・27 (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。	[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 見附市総合型地域スポーツクラブ ☎62-3661			



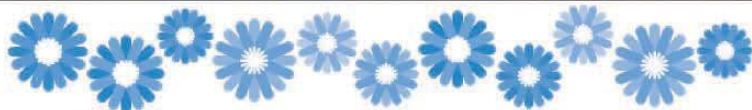
事業名	とき・ところ	内容	詳細
【総合型地域スポーツクラブ】 ステップ運動 (連携教室)	8/6・20・27 (いずれも土曜日) 13:00~14:00 市民武道館 剣道場	ステップ台を使い昇降運動。下半身強化、シェイプアップ、膝痛・転倒予防。(連携教室内の、どの教室に参加してもOK)	[申込]必要 [対象]大人(中学生以上) [定員]20名 [料金]週1回2,400円/月(別途、割引年会費保険料) [持物]運動靴/タオル/飲み物
		申 問 見附市総合型地域スポーツクラブ ☎62-3661	
【悠々ライフ】 カーリンコン	8/6・20 (いずれも土曜日) 14:00~16:00 6日:中央公民館 大ホール 20日: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 [定員]20名(先着順) [料金]100円(保険料等)
		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】 バレトン (連携教室)	8/6・20・27 (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)	[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 見附市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)	8/7・21・28 (いずれも日曜日) 9:15~10:15 市民武道館 剣道場/柔道場	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)	[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 見附市総合型地域スポーツクラブ ☎62-3661	
【悠々ライフ】 グラウンドゴルフ	8/8・22 (いずれも月曜日) 9:15~11:30 見附運動公園	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!	[申込]不要 [料金]100円(保険料等) [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ください。
		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】 ジュニア スポーツ万能 教室	8/9・16・23・30 (いずれも火曜日) 17:00~18:00 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。通年で開催しています。	[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 見附市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 (年長~小学2年生)	8/9・23・30 (いずれも火曜日) 17:30~18:20 葛巻ふるさとセンター	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。通年で開催しています。	[申込]必要 [対象]年長~小学2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 見附市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】 楽しい筋トレビクス	8/9・23・30 (いずれも火曜日) 19:30~20:30 葛巻ふるさとセンター	ダンス形式の有酸素運動。エアロビクスダンスをしながら全身の筋トレ。通年で開催しています。	[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 見附市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 (総合体育館)	8/10・17・24・31 (いずれも水曜日) 17:45~18:45 運動公園(雨天時は総体)	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。	[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 見附市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	8/10・17・24・31 (いずれも水曜日) 19:45~20:45 葛巻ふるさとセンター	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]ヨガマット/タオル/飲み物
		申 問 見附市総合型地域スポーツクラブ ☎62-3661	
【悠々ライフ】 スポーツ健幸吹矢 練習・体験会	8/18(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。	[申込]不要 [定員]20名(先着順) [料金]100円(保険料等) [持物]吹き矢
		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	8/24(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。お気軽にどうぞ!	[申込]不要 [定員]20名(先着順) [料金]100円(保険料等)
		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】 バウンドテニス	8/25(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 者も気楽にどうぞ。	[申込]不要 [料金]50円(保険料等) [持物]運動靴/ラケット(ラケット、ボールは貸出もあり)
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】 いつまでも ぴんぴん！ 健康体操	8/25(木) 10:00~11:00 ネーブルみつけ 研修室1	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 見附市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	8/27(土) 14:00~16:00 今町地区体育館	羽根つきを楽しむバドミントンで す。勝敗はこだわりません。初 心者大歓迎です。お気軽にご 参加ください！	[申込]不要 [料金]100円(保険料等) [持物]運動靴/ラケット(貸出しもあり)
問 悠々ライフ事務局(まちづくり課内) ☎62-7801			

趣味



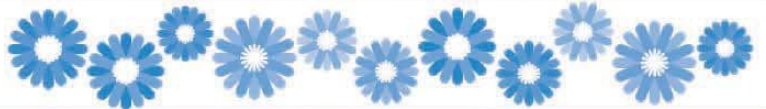
事業名	とき・ところ	内容	詳細
絵手紙教室 ひまわり	8/3(水) 9:00~11:30 ネーブルみつけ 研修室1	絵手紙を体験してみませんか。 [今月の内容] 果物・野菜の切り口を描く	[申込]初めてのの方は事前に申込が必要 [講師]中村・矢沢 [料金]200円 [持物]画材/割り箸/野菜(ピーマン・オクラ・ゴーヤ・カ ボチャなど)
申 問 絵手紙教室ひまわり 中村 ☎63-0621			
【悠々ライフ】 詩吟を楽しもう	8/5・19・26 (いずれも金曜日) 10:00~11:30 ネーブルみつけ 研修室2	「詩吟を一節」披露できたら粋 だと思いませんか。講師が丁 寧に教えてくれますので、初心 者の方でも大丈夫です。	[申込]不要 [講師]名古屋悦郎(神藍)・永井藤子(詠風) [定員]15名(先着順) [料金]無料
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 追いチーズ 濃厚ピザづくり	8/6(土) 10:00~12:00 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600円 [持物]エプロン/三角巾/マスク/布巾2枚
申 問 ふぁみりあ ☎62-1915			
【悠々ライフ】 アルビ応援隊	8/6(土) 16:30~21:30 [集合]16:30市役所駐車場	サッカーJリーグ、アルビレックス新 潟を会場で応援！今回の対戦相 手は徳島です！J1昇格に向けて みんなで後押ししよう！	[申込]必要 7/19(火)9:00受付開始(☎申込不可) [定員]12名(定員を超えたらキャンセル待ち) [料金]1,500円(保険料等) [持物]飲み物/雨具
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 「須佐之男(スサノ)」 他	8/16(火) 13:30~15:00 ネーブルみつけ 研修室1	見附に伝わる八岐大蛇(ヤマタノオ ロチ)「須佐之男尊(スサノミコ)」を映 像化した見附ビデオサークル会員 の作品、他を上映します。	[申込]不要 [定員]30名(先着順) [料金]無料 [製作・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			
【ふぁみりあ】 北陸ガス料理教室 inふぁみりあ	8/17(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。[メニュー]スープビシソワーズ、鮮 魚のポワレ パルサミソース、ピーチ メルバ	[申込]必要 7/27(水)☎ [定員]8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
申 問 ふぁみりあ ☎62-1915			
【市展のつどい】 発泡スチロール彫刻 ~立体アートに挑戦~	8/20(土)・27(土)、 9/3(土)・24(土) 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 8/12(金)☎ [講師]斉藤博文 [定員]6名(先着順) [料金]2,000円 [持物]スケッチブック/筆記用具/電熱カッター(お持ち の方)/大きめのカッター
申 問 市展実行委員会事務局(まちづくり課内) ☎62-7801			
【ネーブルみつけ】 色紙アート講座 (駅長企画)	8/21(日) 9:30~12:00 ネーブルみつけ 多目的広場	日本の伝統文化である「折り 紙」と「書」を融合させた「色紙 (しきし)アート」を作ります。ぜひ 気軽にご参加ください。	[申込]必要 8/15(月)☎またはネーブル駅長へ [定員]10名(先着順) [料金]300円 [持物]ピンセット/はさみ/作品に押す印(認印なども可) ※作品は8/22(月)~9/4(日)の色紙アート展で展示します。
申 問 まちの駅ネーブルみつけ ☎62-7802			



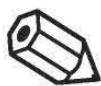
事業名	とき・ところ	内容	詳細
【悠々ライフ】 「みつけを 写生しよう」 体験会	8/23(火) 9:00~12:00 [集合・解散] 学習管理棟「木々」	写生を通して故郷見附を再発見しよう！水彩画orスケッチでもOK。「木々」の周りの風景を写生します。お気軽にご参加ください。	[申込]必要 7/19(火)9:00~受付開始(☎は同日13:00~) [定員]12名(定員を超えたらキャンセル待ち) [料金]100円(保険料等) [持物]汚れてもよい服/スケッチ用具(水彩絵の具・関連画材・筆記用具等)/運動靴/雨具/飲み物
		申 問 悠々ライフ事務局(まちづくり課内) ☎62-7801	
【悠々ライフ】 ゆうゆう 元気カラオケ	8/25(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 [定員]20名(先着順) [料金]無料 ※マスクの着用をお願いします。
		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！！	8/25(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手芸を楽しんでみませんか？お気軽にご参加ください。	[申込]必要 7/19(火)9:00~受付開始(☎は同日13:00~) [定員]10名(定員を超えたらキャンセル待ち) [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)	8/28(日) 13:00~17:00 ネーブルみつけ 多目的広場	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 [講師]小林路子 [定員]15名(先着順) [料金]1,000円 [持物]デッサン用具持込可(画用紙、日本画用絵具等)※写真撮影不可
		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】 彫刻講座	8/28、9/4・11・18・25 13:00~16:00 (いずれも日曜日) 中央公民館 美術工芸室	石膏を素材とした、立体造形作品を作ります。基本テーマは「自分」！	[申込]必要 8/19(金)☎ [講師]本間公司 [定員]10名(先着順) [料金]3,000円 [持物]汚れてもよい服/スケッチ用具(構想を練るためのスケッチブックや筆記用具等)
		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】 はじめての書道	8/30、9/6・13・20・27 (いずれも火曜日) 19:00~21:00 ネーブルみつけ 多目的広場 ※9/13・20は今町公民館 大集会室	アートな文字に挑戦！自筆した作品に裏打ちし、パネルづくりをします。刻印(ゴム印)も作成します。	[申込]必要 8/19(金)☎ [講師]市展実行委員会書道部門 [定員]10名(先着順) [料金]3,000円 [持物]筆記用具(えんぴつ)、9/6 古タオル3枚、9/13 カッター、9/20 古タオル2枚と作品
		申 問 市展実行委員会事務局(まちづくり課内) ☎62-7801	



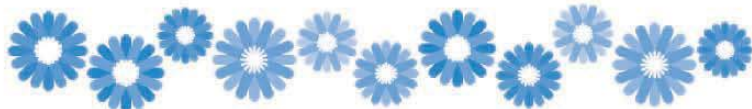
学 び



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	8/4・11・18・25 (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	8/5(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	8/6(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☆エプロンシアター♪☆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 ※マスクの着用をお願いします。
		問 今町公民館 ☎66-2313	
【悠々ライフ】 初心者パソコン ~Word(ワード)~	8/12(金)・27(土) 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 7/19(火)9:00~受付開始(☎は同日13:00~) [定員]各20名(定員を超えたらキャンセル待ち) [料金]各100円(講師謝金/資料代等) [持物]パソコン(貸出しは先着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	8/13・27 (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	

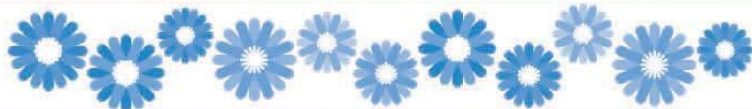


学 び



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 【Webブラウザ基本】	8/20(土) 9:30～11:00 中央公民館 中ホール	ネットの情報を見るときに起動するWebブラウザ。リンク、最初に表示される画面の設定、複数のページを同時に開くタブなど基礎を実習します。	[申込]必要 7/19(火)9:00受付開始(☎は同日13:00～) [定員]25名(定員を超えたらキャンセル待ち) [料金]100円(資料代等) [持物]パソコン・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	
【悠々ライフ】 見附の雑学 「野菜&歴史」	8/21(日) 13:30～15:00 ネーブルみつけ 研修室2	実体験を交えた野菜の話と歴史については前回の続きを話します。	[申込]不要 [定員]15名(先着順) [料金]250円(資料代)
		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	8/25(木) 19:30～21:00 図書館 2階視聴覚室	みんなでわいわいと、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	
【ふぁみりあ】 県立歴史博物館 出前講座 「新潟の石仏」	8/30(火) 13:30～15:00 ふぁみりあ ふぁみりあホール	新潟県内の代表的な石仏を紹介しながら石仏から新潟の歴史を探ります。	[申込]必要 [講師]大楽和正(新潟県立歴史博物館主任研究員) [料金]無料 [持物]筆記用具 ※マスクの着用をお願いします。
		申 問 ふぁみりあ ☎62-1915	

＊ その他



事業名	とき・ところ	内容	詳細
【図書館】 書庫開放	8/28(日) 13:00～16:00 図書館 2階書庫	普段、入ることができない2階の書庫を、文学部門に限定して開放し貸出も行います。是非ご来館ください。	[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	9/4・11・18・25 (いずれも日曜日) 13:00～15:00 ギャラリーみつけ ぶらっとルーム	色彩豊かな多色摺りの木版画に挑戦しましょう。	[申込]必要 8/31(水)☎ [講師]小川宏 [定員]10名(先着順) [料金]1,000円 [持物]彫刻刀/原画(30X22.5cm)/エプロン/水性絵具(準備できる方)
		申 問 市展実行委員会事務局(まちづくり課内) ☎62-7801	
【ギャラリーみつけ】 木下晋 展 明日へ	9/3(土)～10/2(日) 10:00～18:00 ギャラリーみつけ 2階フロア・常設展示室	国内外で活躍する画家の展覧会。代表作の鉛筆画や初期の油彩画の大作の展示。鉛筆画の小品を展示販売。	[申込]チケットが必要です。8/2(火)～ギャラリーみつけ喫茶コーナーにて発売開始 [料金]前売一般400円、当日500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。
		申 問 ギャラリーみつけ ☎84-7755	
【ギャラリーみつけ】 第29回銅版画会展 ワークショップ 「デカルコマニー 版画作り」	9/10(土) 10:30～16:00 ギャラリーみつけ ぶらっとルーム	銅版画会展出品作家から、デカルコマニー(合わせ絵・転写絵)技法のものタイプ版画を学びます。	[申込]必要 9/4(日)☎ [講師]鈴木晃 [対象]小学生以上(小学2年生までは保護者同伴) [定員]10名(先着順) [料金]1,000円 [持物]汚れてもよい服装/飲み物/昼食
		申 問 ギャラリーみつけ ☎84-7755	
【アルカディア】 杉山清貴&三浦和人 ～僕らの深夜放送～	11/6(日) 14:00～(開場13:30) アルカディア 大ホール	二人のヒット曲を始め、青春時代ラジオから流れてきた懐かしい曲の数々を楽しく暖かいトークと爽やかなメロディーでお贈ります。	[申込]チケットが必要です。8/6(土)10:00～受付開始(☎は同日13:00～) [料金]全席指定6,000円 [出演]杉山清貴・三浦和人 ※未就学児入場不可
		申 問 見附市文化ホール アルカディア ☎63-5321	

第52回 文芸祭 【作品募集】

～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……作文、詩、短歌、俳句、川柳(ジュニアは詩、短歌、俳句)※所定の用紙を使用してください。
- ◇申 込 ……令和4年9月2日(金)☎ ※当日消印有効
- ◇審査・受賞…特に優秀な作品は文芸祭賞・奨励賞を授与。入賞・入選作品は文芸祭入賞作品賞に収録・刊行します。
- ※詳細は各公共施設に設置の要項や見附市のHPをご覧ください。
- ◇申込・問合せ まちづくり課 文化振興係 ☎62-7801/メール bunka@city.mitsuke.niigata.jp

