

～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」でも見るができます。

マチイロ紹介ページ  
スマホでイベカレ (市ホームページ)



## 木下晋 展 明日へ 9/3(土)～10/2(日)



国内外で活躍する画家の展覧会

## 見附市児童生徒夏休み作品展 9/24(土)・25(日)



夏休みの力作を見に来てね!

## 休館日のお知らせ

- 【ふぁみりあ】 9/28(水)
- 【図書館】 9/5(月)・9(金)・12(月)・26(月)
- 【ギャラリーみつけ】 9/5(月)・12(月)・20(火)・26(月)
- 【アルカディア】 9/20(火)

## 清掃日のお知らせ

- 【ネーブルみつけ】 9/28(水)
- ※開館は午後5時まで

[分類] ★(イベント):P1 ♥(健康・福祉):P2～3 ⓧ(スポーツ):P3～6 ☺(趣味):P6～7 🎓(学び):P7～8 ✨(その他):P8 10月以降のイベント:P9

| 日付   | 事業名                                    | 日付  | 事業名                                      |
|--|--|---|--|
| 1 木  | 【ネーブルみつけ】 ★色紙アート展(8/22～)               | 10 土  | 【ふぁみりあ】 ☺ 折り紙サロン                         |
|  | 【ギャラリーみつけ】 ★第29回銅版画会展(8/30～)           |   | 【悠々ライフ】 ⓧ 楽々バドミントン                       |
|  | 【悠々ライフ】 ⓧ ピンポンで遊びましょう                  |   | 【悠々ライフ】 ⓧ カーリンコン                         |
|  | 【悠々ライフ】 ☺ ゆうゆう元気カラオケ                   |   | 12 月                                     |
|  | ----- ♥ 今町・交流広場おれんちのお茶の間               |   | 【悠々ライフ】 ⓧ グラウンドゴルフ                       |
|  | 【図書館】 ☺ 木曜日おはなしのじかん                    |   | 【悠々ライフ】 ☺ 写経体験                           |
|  | 【総合型地域スポーツ】 ⓧ オールマイティースポーツ             |   | 13 火                                     |
|  | 【総合型地域スポーツ】 ⓧ HIPHOPダンス(入門)            |   | 【悠々ライフ】 ☺ みつけを写真しよう                      |
|  | 【総合型地域スポーツ】 ⓧ ピラティス                    |   | 【悠々ライフ】 ♥ 悠々健幸カラオケ                       |
|  | 【総合型地域スポーツ】 ⓧ 夜ヨガ教室                    |   | 15 木                                     |
| 2 金  | 【悠々ライフ】 ☺ 詩吟を楽しもう                      | 16 金  | 【悠々ライフ】 ☺ 施設めぐり                          |
|  | 【総合型地域スポーツ】 ⓧ ほぐして動かす身体ラクラク運動          | 【地域包括支援センター】 ♥ オレンジカフェ 中央                     |  |
|  | 【図書館】 ☺ おはなしのじかん012                    | ----- ♥ 健康体操・タオル体操とレクリエーションゲーム                |  |
|  | 【まちの駅講座】 ☺ 小説「峠」と北越戊辰戦争を学ぶ             | 【地域包括支援センター】 ♥ オレンジカフェ 今町                     |  |
|  | 【総合型地域スポーツ】 ⓧ ゆがみ改善骨盤体操(金曜日)           | 17 土  |  |
|  | 【総合型地域スポーツ】 ⓧ ランニング教室                  | 【悠々ライフ】 ☺ いまさら聞けないパソコン・IT                     |  |
|  | 【総合型地域スポーツ】 ⓧ コンディショニングエアロ             | 【地域包括支援センター】 ♥ オレンジカフェ 南                      |  |
|  | 【総合型地域スポーツ】 ⓧ 親子うんどうあそび(土曜日)           | 【ギャラリーみつけ】 ★ 見附の作家たち展2022 vol.2               |  |
|  | 【ギャラリーみつけ】 ★ 木下晋 展 明日へ                 | 18 日  |  |
|  | 【総合型地域スポーツ】 ⓧ ステップ運動                   | 19 月  |  |
| 【ギャラリーみつけ】 ★ 木下晋 展 明日へ ギャラリートーク            | 20 火                                   | 【ネーブルみつけ】 ★ 我が家の家族にやん! わん! 展                  |  |
| 【総合型地域スポーツ】 ⓧ バレトン                         | 【悠々ライフ】 ☺ 悠々ビデオ観賞会                     |   |  |
| 【悠々ライフ】 ☺ アルピ応援隊                           | 【ふぁみりあ】 ☺ お金と生活の知恵                     |   |  |
| 3 土  | 【総合型地域スポーツ】 ⓧ トータルフィットネス               | 21 水  | ----- ♥ 認知症介護家族交流会                       |
|  | 4 日                                    | 【ふぁみりあ】 ☺ 北陸ガス料理教室 in ふぁみりあ                   |  |
|  | 5 月                                    | 【悠々ライフ】 ⓧ スポーツ健幸吹矢 練習・体験会                     |  |
|  | ----- ♥ 柔道整備師が教える太極拳講座                 | 【悠々ライフ】 ☺ みんなで手芸を楽しもう!!                       |  |
|  | 【地域包括支援センター】 ♥ オレンジカフェ 西               | 【図書館】 ☺ 読書サロン                                 |  |
|  | 【総合型地域スポーツ】 ⓧ ボクシングシェイプ                | 23 金  | 【悠々ライフ】 ♥ ウォーキング                         |
|  | ----- ♥ リフレッシュ教室                       | 24 土  | ----- ★ 見附市児童生徒夏休み作品展                    |
|  | 【総合型地域スポーツ】 ⓧ ZUMBA                    | 25 日  | 【図書館】 ✨ 書庫開放                             |
|  | 【総合型地域スポーツ】 ⓧ 肩こり腰痛予防教室                | 【悠々ライフ】 ☺ 悠々歌声喫茶                              |  |
|  | 【悠々ライフ】 ☺ 市内施設巡り                       | 【アルカディア】 ★ はじめての落語                            |  |
| 【総合型地域スポーツ】 ⓧ リフレッシュヨガ                     | 27 火                                   | ----- ♥ 認知症介護家族交流会                            |  |
| 【総合型地域スポーツ】 ⓧ ジュニアスポーツ万能教室                 | 28 水                                   | 【悠々ライフ】 ☺ 歴史を訪ねて                              |  |
| 【総合型地域スポーツ】 ⓧ チアリーディング(年長～小学2年生)           | 【悠々ライフ】 ⓧ カーリンコン体験・練習会                 |   |  |
| 【総合型地域スポーツ】 ⓧ 楽しい筋トレピクス                    | 29 木                                   | 【悠々ライフ】 ⓧ パウンドテニス                             |  |
| 4 日  | ----- ☺ 絵手紙教室ひまわり                      | ----- ☺ ちょっくらSNSでも始めてみるかの～                    |  |
|  | ----- ♥ ネーブルダンス                        | ----- ☺ 学び座 みらいの食卓バランス食と地消を楽しむ                |  |
|  | ----- ♥ 健幸カラオケ教室                       | ----- ★ 第46回市展中央審査員芳賀日向作品展                    |  |
|  | 【総合型地域スポーツ】 ⓧ ランニング教室(総体)              | 10月のイベント                                      |  |
|  | 【総合型地域スポーツ】 ⓧ はじめてヨガ                   | 1 土   | ----- ★ 第46回市展中央審査員芳賀日向ギャラリートーク          |
|  | 【総合型地域スポーツ】 ⓧ いつまでもびんびん! 健康体操          | 7 金   | 【アルカディア】 ★ 国際音楽交歓コンサート                   |
|  | 8 木                                    | 14 金  | ----- ☺ ドライフラワーを使った小物作り講座                |
|  | 【悠々ライフ】 ♥ 市内ウォーキング                     | 11月のイベント                                      |  |
|  | 【ふぁみりあ】 ☺ 大河津分水通水100周年現地学習会            | 6 日   | 【アルカディア】 ★ 杉山清貴&三浦和人コンサート～僕らの深夜放送～       |
|  | 【見附市観光物産協会】 ★ いいとこみつけ!! 写真コンテスト2022作品展 | 23 水  | 【アルカディア】 ★ アルカディア ピアノコンサート～私の櫃のピアニスト～本公演 |
| 【今町公民館】 ☺ おはなしの世界                          | 27 日                                   | 【アルカディア】 ★ ジャズ@アルカディアオーケストラ演奏会～Groovin' High～ |  |
| 【図書館】 ☺ 第2・第4土曜日おはなしのじかん                   | ※ ☺: 事前申込みが必要です ※ 🎫: チケットが必要です         |   |  |
| 【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」 | ※ 🧒: 子ども向け                             |   |  |
| 【悠々ライフ】 ☺ 初心者パソコン～Word(ワード)～               |  |   |  |

# ★ イベント



| 事業名  | とき・ところ   | 内容   | 詳細   |
|--|--|--|--|
| 【ネーブルみつけ】<br>色紙アート展<br>(駅長企画)  | 8/22(月)～9/4(日)<br>9:00～21:45<br>※8/22は13:00～<br>ネーブルみつけ<br>まちの駅スペース  | ”折り紙”と”書”を融合させた<br>「色紙(しきし)アート」を展示しま<br>す。季節を感じる色とりどりの作<br>品をぜひ見に来てください。 | [申込]不要<br>[料金]無料<br>※色紙アート講座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】<br>第29回<br>銅版画会展  | 8/30(火)～9/11(日)<br>10:00～22:00<br>※9/11は16:00まで<br>ギャラリーみつけ<br>展示室1・2                                      | 新潟県内の銅版画家たち<br>のグループ展を開催しま<br>す。   | [申込]不要<br>[料金]無料<br>[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】<br>木下晋 展<br>明日へ  | 9/3(土)～10/2(日)<br>10:00～18:00<br>※入場受付は17:30まで<br>ギャラリーみつけ<br>2階フロア・常設展示室                                  | 国内外で活躍する画家の展覧<br>会。代表作の鉛筆画や初期の<br>油絵の大作の展示。鉛筆画<br>の小品を展示販売。              | [申込]チケットが必要です。ギャラリーみつけ喫茶コー<br>ナーにて販売<br>[料金]前売一般400円、当日500円。高校生以下、障が<br>い者手帳・療育手帳をお持ちの方、および一部の介助者<br>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】<br>木下晋 展 明日へ<br>ギャラリートーク  | 9/3(土)<br>14:00～15:00<br>ギャラリーみつけ<br>2階フロア   | 作家による作品解説会を開<br>催します。  | [申込]必要 8/28(日)☞<br>[定員]80名<br>[料金]無料 ※「木下晋 展 明日へ」へのチケット<br>500円(前売400円)が必要です。  |
|  |  |  | 申問 ギャラリーみつけ ☎84-7755   |
| 【見附市観光物産協会】<br>いいとこみつけ!!<br>写真コンテスト2022<br>作品展   | 9/10(土)～9/15(木)<br>9:00～21:45<br>※9/10は11:00～<br>ネーブルみつけ<br>多目的広場  | 写真コンテストの応募作品の展<br>示を行います。見附の魅力が<br>つまった力作の数々を、ぜひご<br>覧ください。              | [申込]不要<br>[料金]無料<br>※入賞作品及び、入賞作品以外でも展示を希望され<br>た作品を展示します。  |
|  |  |  | 問 観光物産協会 ☎89-6277 ✉info@mitsuke.net  |
| 【ギャラリーみつけ】<br>見附の作家たち展<br>2022 vol.2   | 9/17(土)～25(日)<br>10:00～22:00<br>※9/25は15:00まで<br>ギャラリーみつけ<br>展示室1  | 市内で活動する美術作家たち<br>を紹介します。小倉美砂(書)・<br>藤田美由紀(彫刻)・山岸早苗<br>(洋画)               | [申込]不要<br>[料金]無料<br>[主催]ギャラリーみつけ<br>・見附市美術協会  |
|  |  |  | 問 ギャラリーみつけ ☎84-7755  |
| 我が家の家族<br>にゃん！わん！展<br>(駅長企画)   | ①ネーブルみつけ<br>9/20(火)～9/29(木)<br>9:00～21:45<br>※9/20は13:00～<br>②パティオにいがた<br>10/1(土)～10/10(月・祝)<br>9:00～19:00 | 自慢の愛猫、愛犬など、可愛い癒<br>しの家族(ペット)の写真を展示しま<br>す。一部はパティオにいがたでも巡<br>回して展示します。    | [申込]不要 [料金]無料<br>※自慢のペットの写真を募集中です！9/26(月)☞ネーブル<br>みつけ駅長にお問い合わせください。<br>[メール] nyanwan@city.mitsuke.niigata.jp                       |
|  |  |  | 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   |
| 見附市児童生徒<br>夏休み作品展  | 9/24(土)・25(日)<br>9:30～16:30<br>ネーブルみつけ<br>多目的広場  | 夏休み中に作り上げた科学工<br>作・観察記録・標本などを展示<br>します。ぜひ子どもたちの作品<br>を見てください。            | [申込]不要<br>[料金]無料   |
|  |  |  | 問 教育センター ☎62-2343  |
| 【アルカディア】<br>はじめての落語  | 9/25(日)<br>14:00～(開場13:15)<br>アルカディア<br>大ホール   | 人気と実力を兼ね備えた林家た<br>い平の落語と、若手落語家によ<br>る「落語のイロハ」の講座付きの<br>公演です。             | [申込]チケットが必要です。<br>[料金]全席指定2,500円、中学生以下500円(当日<br>500円増) ※5歳未満入場不可 [出演]林家たい平・<br>林家はな平・春風亭一花・古今亭菊一・稲葉千秋                             |
|  |  |  | 申問 見附市文化ホール アルカディア ☎63-5321  |
| 第46回市展<br>中央審査員<br>芳賀日向<br>作品展   | 9/29(木)～10/16(日)<br>10:00～22:00<br>(10/7(金)～10/11(火)は<br>9:00～21:00)<br>※10/16は17:00まで<br>ギャラリーみつけ         | 日本写真家協会会員であり、<br>市展写真部門審査員(中央審<br>査員)を務める、芳賀日向氏の<br>作品展。                 | [申込]不要<br>[料金]無料   |
|  |  |  | 問 市展実行委員会事務局(まちづくり課内) ☎62-7801   |

体力・運動能力調査のご協力を  
お願いします。

## 大人の体力測定 参加者募集

- とき ①9/9(金)19:00～21:00 ②9/17(土)14:00～16:00 ※どちらかにご参加ください。
- ところ 見附市総合体育館 ●料金 無料
- 対象 見附市内在住の満20歳～79歳の男女(令和4年4月1日現在の年齢)  
※詳細はネーブルみつけ、市内公民館に設置のチラシをご覧ください。
- 申込み・問い合わせ まちづくり課スポーツ振興係 ☎62-7801





| 事業名  | とき・ところ  | 内容   | 詳細   |
|--|---|--|--|
| 今町・交流広場<br>おれんちの<br>お茶の間                         | 9/1(木)~30(金)<br>(毎週月・火・木・金曜日)<br>9:30~11:30/14:00~16:00<br>今町子育て支援センター内<br>「いまち悠々」交流広場  | どなたでも自由に参加できます！<br>一緒に歌ったり、お話して元気に過<br>ごしましょう。(ご自由にお茶を飲ん<br>でお過ごしください) | [申込]不要<br>[料金]無料<br>[協力]今町まちなかコミュニティ   |
|  |   |  | 問 石田 ☎66-3053  |
| 【学習人材バンク登録講師<br>による自主企画講座】<br>柔道整復師が教える<br>太極拳講座 | 9/5・12・19・26<br>(毎週月曜日)<br>10:00~11:30<br>葛巻地区ふるさとセンター<br>多目的ホール                        | 太極拳は全身運動です。ゆっ<br>たりと呼吸して型を行えば、気<br>持ちも身体もリフレッシュ！1回<br>のみの参加も可。         | [申込]必要 8/29(月)☞<br>[講師]石月賢一(柔道整復師) [定員]10名(先着順)<br>[料金]各回800円(当日徴収) [持物]動きやすい服装<br>/飲み物/内履き/汗拭き用タオル/筆記用具             |
|  |   |  | 申問 まちづくり課生涯学習推進係 ☎62-7801  |
| 【地域包括支援センター西】<br>オレンジカフェ 西                       | 9/5(月)<br>10:30~12:00<br>柳橋町集会所   | 身近にある「カフェ」のように気<br>軽にお茶を飲みながら、認知<br>症について語り合います。                       | [申込]不要<br>[対象]お子さんから高齢者までどなたでも<br>[料金]100円   |
|  |   |  | 問 見附市地域包括支援センター 西 ☎62-3345   |
| ネーブルダンス  | 9/7(水)・12(月)・20(火)・<br>28(水) 10:00~12:00<br>※9/12のみ13:00~15:00<br>ネーブルみつけ<br>多目的広場/研修室1 | 音楽に合わせて身体を動かして<br>みませんか！年齢に関係なく<br>どなたでも楽しめます。元気に<br>楽しく踊りましょう。        | [申込]不要<br>[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   | 9/7・14・21・28<br>(毎週水曜日)<br>13:30~15:00<br>ネーブルみつけ<br>研修室1                               | 毎週1回、「うたと音楽」を活用<br>し、筋肉トレーニングやストレッチ<br>等の体操を行います。                      | [申込]必要<br>[対象]65歳以上の方<br>(要介護1~5の方は利用できません)<br>[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】<br>市内ウォーキング<br>「刈谷田川沿いに<br>土手を歩こう ④」     | 9/9(金)<br>9:00~12:20<br>ネーブルみつけ<br>[集合]9:00ネーブルみつけ                                      | 市内各所を歩いて健康になり<br>ましょう。中西橋から刈谷田川<br>と信濃川の合流地点までの堤<br>防をウォーキングします。       | [申込]必要 8/22(月)9:00~受付開始 9/2(金)☞<br>[定員]11名(先着順) [料金]100円(保険料等)<br>[持物]飲み物/歩きやすい服装と靴/雨具/帽子/健<br>康保険証写し [その他]雨天決行・荒天中止 |
|  |   |  | 申問 悠々ライフ事務局(まちづくり課内) ☎62-7801  |
| 【悠々ライフ】<br>悠々健幸カラオケ<br>~曲に合わせて<br>楽しく脳トレ♪~       | 9/13(火)<br>13:30~14:30<br>ネーブルみつけ<br>研修室1   | カラオケの機械を使って楽しく<br>脳トレができる、今話題の「健<br>幸カラオケ」。曲に合わせて、体<br>を動かして健康になりましょう！ | [申込]不要<br>[講師]音楽健康指導士(スポーツ推進委員)<br>[定員]30名(先着順)<br>[料金]無料  |
|  |   |  | 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中央】<br>オレンジカフェ 中央                     | 9/16(金)<br>10:00~11:30<br>中央公民館<br>中ホール   | 身近にある「カフェ」のように気<br>軽にお茶を飲みながら、認知<br>症について語り合います。                       | [申込]不要<br>[対象]お子さんから高齢者までどなたでも<br>[料金]100円   |
|  |   |  | 問 見附市地域包括支援センター 中央 ☎63-3555  |
| 健康体操・タオル体操と<br>レクリエーションゲーム                       | 9/16(金)<br>13:30~15:00<br>ネーブルみつけ<br>市民交流サロン  | 笑ってストレス解消！<br>楽しんで健康増進！<br>簡単な体操、ゲームで健康<br>づくりをしましょう。                  | [申込]不要<br>[講師]磯部一勇<br>[料金]無料<br>[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】<br>オレンジカフェ 今町                     | 9/16(金)<br>14:00~15:00<br>今町ふれあいプラザ   | 身近にある「カフェ」のように気<br>軽にお茶を飲みながら、認知<br>症について語り合います。                       | [申込]不要<br>[対象]お子さんから高齢者までどなたでも<br>[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】<br>オレンジカフェ 南                       | 9/17(土)<br>10:00~11:30<br>緑葉会館  | 身近にある「カフェ」のように気<br>軽にお茶を飲みながら、認知<br>症について語り合います。                       | [申込]不要<br>[対象]お子さんから高齢者までどなたでも<br>[料金]100円   |
|  |   |  | 問 見附市地域包括支援センター 南 ☎62-1750   |

# 健康・福祉



| 事業名                         | とき・ところ   | 内容  | 詳細  |
|-----------------------------|--|---|---|
| 認知症介護<br>家族交流会              | 9/21(水)<br>10:00~11:30<br>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<br>[料金]無料<br>[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 健康福祉課高齢福祉係 ☎61-1350  |   |
| 【悠々ライフ】<br>ウォーキング<br>「石地方面」 | 9/23(金・祝)<br>9:00~13:10<br>JR石地駅~石地海岸<br>[集合]9:00ネーブルみつけ | 越後線の石地駅前を出発し、丘陵地を超え海岸線の美しい石地海岸まで歩きます。                         | [申込]必要 8/22(月)9:00~受付開始(☎申込不可) 9/16(金)<br>✖ [定員]10名(定員超えたらキャンセル待ち)<br>[料金]200円(保険料)<br>[持物]飲み物/歩きやすい服装と靴/雨具/帽子/健康保険証<br>写し [その他]雨天決行・荒天中止 |
|                             |  | 申問 悠々ライフ事務局(まちづくり課内) ☎62-7801                                 |   |
| 認知症介護<br>家族交流会              | 9/27(火)<br>13:30~15:30<br>みんなの実家グリーン<br>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<br>[料金]無料<br>[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  |
|--|---|---|---|
| 【悠々ライフ】<br>ピンポンで<br>遊びましょう               | 9/1・8・15<br>(いずれも木曜日)<br>9:30~11:30<br>1・8日:総合体育館<br>15日:今町体育館      | 卓球ではなく、誰もがやったことがある「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<br>[料金]50円(保険料等)<br>[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】<br>オールマイティー<br>スポーツ       | 9/1・8・15・22<br>(いずれも木曜日)<br>17:30~18:30<br>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<br>[対象]小学生 [定員]25名<br>[料金]2,400円/月(別途、割引年会費保険料)<br>[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】<br>HIPHOPダンス<br>(入門)      | 9/1・8・15・22<br>(いずれも木曜日)<br>18:00~19:00<br>アルカディア小ホール/<br>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<br>[対象]年長~高校生 [定員]15名<br>[料金]2,750円/月(別途、割引年会費保険料)<br>[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】<br>ピラティス                  | 9/1・8・15・22・29<br>(毎週木曜日)<br>19:00~20:00<br>ネーブルみつけ<br>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す。通年で開催しています。                          | [申込]必要<br>[対象]大人(中学生以上) [定員]20名<br>[料金]2,400円/月(別途、割引年会費保険料)<br>[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】<br>夜ヨガ教室                  | 9/1・8・15・22・29<br>(毎週木曜日)<br>20:15~21:15<br>ネーブルみつけ<br>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<br>[対象]大人(中学生以上) [定員]25名<br>[料金]2,400円/月(別途、割引年会費保険料)<br>[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】<br>ほぐして動かす<br>身体ラクラク運動    | 9/2・9・16・30<br>(いずれも金曜日)<br>10:00~11:00<br>市民武道館<br>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<br>[対象]大人 [定員]20名<br>[料金]2,400円/月(別途、割引年会費保険料)<br>[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】<br>ゆがみ改善<br>骨盤体操<br>(金曜日) | 9/2・9・16・30<br>(いずれも金曜日)<br>14:00~15:00<br>ネーブルみつけ<br>研修室1/多目的広場    | 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<br>[対象]大人 [定員]20名<br>[料金]2,400円/月(別途、割引年会費保険料)<br>[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   |   |



| 事業名   | とき・ところ  | 内容   | 詳細  |
|---|---|--|---|
| 【総合型地域スポーツクラブ】<br><b>ランニング教室</b>                      | 9/2・9・16・30<br>(いずれも金曜日)<br>18:30~19:30<br>運動公園<br>(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<br>[対象]小学生 [定員]30名<br>[料金]2,400円/月(別途、割引年会費保険料)<br>[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】<br><b>コンディショニング<br/>エアロ<br/>(連携教室)</b> | 9/2・9・16・30<br>(いずれも金曜日)<br>19:30~20:30<br>中央公民館<br>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<br>[対象]大人(中学生以上) [定員]20名<br>[料金]週1回2,400円/月(別途、割引年会費保険料)<br>[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】<br><b>親子うんどうあそび<br/>(土曜日)</b>          | 9/3・10・17・24<br>(毎週土曜日)<br>9:15~10:15<br>市民武道館<br>柔道場           | 子どもと親(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<br>[対象]概ね3~6歳児と保護者 [定員]20組<br>[料金]2,400円/月(別途、割引年会費保険料)<br>[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  |   |
| 【総合型地域スポーツクラブ】<br><b>ステップ運動<br/>(連携教室)</b>            | 9/3・10・17<br>(いずれも土曜日)<br>13:00~14:00<br>市民武道館<br>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<br>[対象]大人(中学生以上) [定員]20名<br>[料金]週1回2,400円/月(別途、割引年会費保険料)<br>[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】<br><b>バレトン<br/>(連携教室)</b>              | 9/3・10・17<br>(いずれも土曜日)<br>19:00~20:00<br>市民武道館<br>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。(連携教室内の、どの教室に参加してもOK)           | [申込]必要<br>[対象]大人(中学生以上) [定員]20名<br>[料金]週1回2,400円/月(別途、割引年会費保険料)<br>[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】<br><b>トータルフィットネス<br/>(連携教室)</b>        | 9/4・11・25<br>(いずれも日曜日)<br>9:15~10:15<br>市民武道館<br>剣道場/柔道場        | 毎回専門講師がヨガや骨整体操、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。(連携教室内の、どの教室に参加してもOK)通年で開催しています。 | [申込]必要<br>[対象]大人(中学生以上) [定員]20名<br>[料金]週1回2,400円/月(別途、割引年会費保険料)<br>[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】<br><b>ボクシングシェイプ</b>                    | 9/5・12・19・26<br>(毎週月曜日)<br>19:30~20:30<br>市民武道館<br>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<br>[対象]大人(中学生以上) [定員]20名<br>[料金]2,400円/月(別途、割引年会費保険料)<br>[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  |   |
| <b>リフレッシュ教室</b>                                       | 9/5・12・26<br>(いずれも月曜日)<br>19:45~21:15<br>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<br>[対象]18歳以上 [料金]1,850円(65歳以上は1,200円)(保険料・年額)<br>[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】<br><b>ZUMBA</b>                        | 9/6・13・20<br>(いずれも火曜日)<br>10:00~11:00<br>市民武道館<br>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<br>[対象]大人 [定員]20名<br>[料金]2,400円/月(別途、割引年会費保険料)<br>[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】<br><b>肩こり腰痛<br/>予防教室</b>               | 9/6・13・20・27<br>(毎週火曜日)<br>10:30~11:30<br>ネーブルみつけ<br>研修室1/多目的広場 | 予防・改善の方法を学びましょう。身体がとても軽くなる教室です。通年で開催しています。                                 | [申込]必要<br>[対象]大人 [定員]20名<br>[料金]2,400円/月(別途、割引年会費保険料)<br>[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】<br><b>リフレッシュヨガ</b>                     | 9/6・13・20<br>(いずれも火曜日)<br>13:30~14:30<br>市民武道館<br>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<br>[対象]大人 [定員]20名<br>[料金]2,400円/月(別途、割引年会費保険料)<br>[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  |   |

# 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】<br>ジュニアスポーツ<br>万能教室       | 9/6・13・27<br>(いずれも火曜日)<br>17:00~18:00<br>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。                  | [申込]必要<br>[対象]小学生 [定員]25名<br>[料金]2,400円/月(別途、割引年会費保険料)<br>[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】<br>チアリーディング<br>(年長~小学2年生) | 9/6・13・20・27<br>(毎週火曜日)<br>17:30~18:20<br>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<br>[対象]年長~小学2年生 [定員]20名<br>[料金]2,400円/月(別途、割引年会費保険料)<br>[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】<br>楽しい筋トレピクス              | 9/6・13・20・27<br>(毎週火曜日)<br>19:30~20:30<br>葛巻ふるさとセンター           | エアロピクスダンスの中に全身の筋トレが入ります。通年で開催しています。                                 | [申込]必要<br>[対象]大人(中学生以上) [定員]20名<br>[料金]2,400円/月(別途、割引年会費保険料)<br>[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】<br>ランニング教室<br>(総合体育館)     | 9/7・14・28<br>(いずれも水曜日)<br>17:45~18:45<br>運動公園<br>(雨天時は総合体育館)   | 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<br>[対象]小学生 [定員]25名<br>[料金]2,400円/月(別途、保険料)<br>[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】<br>はじめてヨガ                 | 9/7・14・21<br>(いずれも水曜日)<br>19:45~20:45<br>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ていきましょう。通年で開催しています。                     | [申込]必要<br>[対象]大人(中学生以上) [定員]20名<br>[料金]2,400円/月(別途、割引年会費保険料)<br>[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】<br>いつまでも<br>ぴんぴん！<br>健康体操 | 9/8・22・29<br>(いずれも木曜日)<br>10:00~11:00<br>ネーブルみつけ<br>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<br>[対象]大人(中学生以上) [定員]20名<br>[料金]600円/月(別途、割引年会費保険料)<br>[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】<br>楽々バドミントン                      | 9/10(土)<br>14:00~16:00<br>今町体育館                                | 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<br>[料金]100円(保険料等)<br>[持物]運動靴/ラケット(貸出しあり)  |
|  |  | 問 悠々ライフ事務局(まちづくり課内) ☎62-7801  |  |
| 【悠々ライフ】<br>カーリンコン                        | 9/10・24<br>(いずれも土曜日)<br>14:00~16:00<br>ネーブルみつけ<br>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<br>[定員]20名(先着順)<br>[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】<br>グラウンドゴルフ                      | 9/12・19<br>(いずれも月曜日)<br>9:15~11:30<br>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！初心者歓迎です。！   | [申込]不要 [料金]100円(保険料)<br>[持物]グラウンドゴルフ用クラブ/ボール(1名分貸出あり) [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  |  |
| 【悠々ライフ】<br>スポーツ健幸吹矢<br>練習・体験会            | 9/22(木)<br>9:30~11:30<br>ネーブルみつけ<br>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<br>[定員]20名(先着順)<br>[料金]100円(保険料等)<br>[持物]吹き矢をお持ちください。                                     |
|  |  | 問 悠々ライフ事務局(まちづくり課内) ☎62-7801  |  |
| 【悠々ライフ】<br>カーリンコン<br>体験・練習会              | 9/28(水)<br>9:30~11:30<br>今町公民館<br>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。お気軽にご参加ください。      | [申込]不要<br>[定員]20名(先着順)<br>[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  |  |



| 事業名                        | とき・ところ                         | 内容  | 詳細  |
|----------------------------|--------------------------------|---|---|
| <b>【悠々ライフ】<br/>バウンドテニス</b> | 9/29(木)<br>9:30~11:30<br>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ご参加ください。 | [申込]不要<br>[料金]50円(保険料等)<br>[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                              |   |



## 趣味



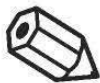
| 事業名  | とき・ところ   | 内容  | 詳細   |
|--|--|---|--|
| <b>【悠々ライフ】<br/>ゆうゆう<br/>元気カラオケ</b>                                 | 9/1(木)<br>9:30~11:30<br>ネーブルみつけ<br>多目的広場                   | ネーブルみつけでカラオケしよう！朝の歌声で元気でさわやかな一日のスタートを！素敵な歌声を聞かせてください♪                       | [申込]不要<br>[定員]20名(先着順)<br>[料金]無料<br>※マスクの着用をお願いします。  |
|  |  | 問 悠々ライフ事務局(まちづくり課内) ☎62-7801  |  |
| <b>【悠々ライフ】<br/>詩吟を楽しもう</b>   | 9/2・9・16<br>(いずれも金曜日)<br>10:00~11:30<br>ネーブルみつけ<br>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<br>[講師]名古屋悦郎(神藍)・永井藤子(詠風)<br>[定員]15名(先着順)<br>[料金]無料   |
|  |  | 問 悠々ライフ事務局(まちづくり課内) ☎62-7801  |  |
| <b>【悠々ライフ】<br/>アルビ応援隊</b>  | 9/3(土)<br>16:30~21:30<br>(18:00キックオフ)<br>[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！今回の対戦相手は大分です！J1昇格に向けてみんなで後押ししよう！                   | [申込]必要 8/22(月)9:00~受付開始(☎申込不可)<br>[定員]12名(定員を超えたらキャンセル待ち)<br>[料金]1,500円(保険料等)<br>[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   |  |
| <b>【悠々ライフ】<br/>市内施設巡り<br/>「新潟郵便局」</b>                              | 9/6(火)<br>13:10~15:00<br>新幸町(産業団地)方面<br>[集合]13:10アルカディア駐車場 | 新幸町の新潟郵便局を見学します。県内で集配される郵便物、ゆうパックの区分業務を行うため、2017年5月に開局しました。仕分けの仕組みを見てみましょう。 | [申込]必要 8/22(月)9:00~受付開始(☎申込不可)<br>[定員]12名(定員を超えたらキャンセル待ち)<br>[料金]100円(保険料)<br>[持物]歩きやすい服装/雨具/飲み物           |
|  |  | 申問 悠々ライフ事務局(まちづくり課内) ☎62-7801   |  |
| <b>絵手紙教室<br/>ひまわり</b>  | 9/7(水)<br>9:00~11:30<br>ネーブルみつけ<br>研修室1                    | 絵手紙を体験してみませんか。<br>[今月の内容]<br>消しゴム印をつくる(遊印)                                  | [申込]初めてのの方は事前に申込が必要<br>[講師]中村・矢沢 [料金]200円<br>[持物]画材/スタンプ台/消しゴム/デザインカッター/彫刻刀                                |
|  |  | 申問 絵手紙教室ひまわり 中村 ☎63-0621  |  |
| <b>【ギャラリーみつけ】<br/>第29回銅版画会展<br/>ワークショップ<br/>「デカルコマニー版画<br/>作り」</b> | 9/10(土)<br>10:30~16:00<br>ギャラリーみつけ<br>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)技法のモノタイプ版画を学びます。                               | [申込]必要 9/4(日)☎ [講師]鈴木晃<br>[対象]小学生以上(小学2年生までは保護者同伴)<br>[定員]10名(先着順) [料金]1,000円<br>[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  |  |
| <b>【ふぁみりあ】<br/>折り紙サロン</b>  | 9/10(土)<br>13:30~15:30<br>ふぁみりあ<br>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<br>[料金]200円(材料費別)<br>[持物]折り紙/ボンド/はさみ/つまようじ<br>※マスクの着用をお願いします。                               |
|  |  | 問 ふぁみりあ ☎62-1915  |  |
| <b>【悠々ライフ】<br/>みつけを<br/>写生しよう</b>                                  | 9/13(火)<br>9:30~12:00<br>中央公民館<br>美術工芸室                    | 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。雨天時には各町内の写真を撮影し写生します。(場所は後日決定)              | [申込]必要 8/22(月)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]水彩絵具・画材またはスケッチ用具/雨具/飲み物/カメラ |
|  |  | 申問 悠々ライフ事務局(まちづくり課内) ☎62-7801   |  |
| <b>【悠々ライフ】<br/>施設めぐり<br/>「長谷川邸」</b>                                | 9/15(木)<br>9:00~12:30<br>長岡市方面<br>[集合]9:00ネーブルみつけ          | 江戸時代から近代にかけて現存する県内最古の豪農の館。重要文化財である長岡市塚野山の長谷川家旧宅を訪ねます。                       | [申込]必要 8/22(月)9:00~受付開始(☎申込不可)<br>[定員]12名(定員を超えたらキャンセル待ち)<br>[料金]700円(保険料、入園料)<br>[持物]歩きやすい服装/雨具/飲み物       |
|  |  | 申問 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】<br>悠々ビデオ観賞会<br>「刈谷田川に架かる橋」他                     | 9/20(火)<br>13:30~15:00<br>ネーブルみつけ<br>研修室1                       | 市内を流れる刈谷田川に架かる橋は何本あるか、ドローンで空から見てみましょう。見附市の空の旅をお楽しみください。         | [申込]不要<br>[定員]30名(先着順)<br>[料金]無料<br>[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】<br>北陸ガス料理教室<br>inふぁみりあ                          | 9/21(水)<br>10:00~13:00<br>ふぁみりあ<br>調理室等                         | 気軽に参加できる料理教室。<br>[献立]お彼岸に作りたい正油赤飯、車麩で作る麩カツ、糸ウリときくらげのごまなます       | [申込]必要 8/31(水)☎ [講師]古川素子(管理栄養士)<br>[定員]8名(応募者多数の場合は抽選) ※約2週間前に抽選結果を郵送 [料金]1回1,000円<br>[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  |  |
| 【悠々ライフ】<br>みんなで<br>手芸を楽しもう！！                            | 9/22(木)<br>13:30~15:00<br>ネーブルみつけ<br>研修室2                       | 初心者から経験者までみんな<br>で手芸を楽しんでみませんか？<br>お気軽にご参加ください。                 | [申込]必要 8/22(月)9:00~受付開始(☎は同日<br>13:00~)<br>[定員]10名(定員を超えたらキャンセル待ち)<br>[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                                  |  |
| 【悠々ライフ】<br>悠々歌声喫茶                                       | 9/25(日)<br>14:00~15:00<br>ネーブルみつけ<br>市民交流サロン                    | 童謡から昔なつかしい名曲まで、<br>ハーモニカの伴奏に乗せて<br>皆で音楽を楽しみましょう！                | [申込]不要<br>[定員]40名(先着順)<br>[出演]佐藤道子・荒井旗一<br>[料金]無料  |
|   |   | 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<br>による自主企画講座】<br>ちよつら<br>SNSでも<br>始めてみるかの～ | 9/29、10/27、11/17<br>(いずれも木曜日)<br>10:00~12:00<br>ネーブルみつけ<br>研修室2 | 9/29: ツイッター<br>10/27: フェイスブック<br>11/17: インスタグラム<br>1回のみ参加も可能です。 | [申込]必要 各講座の一週間前☎ [講師]湯本泰隆<br>[対象]インターネットが使える、メールができる方<br>[定員]10名(先着順) [料金]1回500円(各回徴収)<br>[持物]ノートパソコン/筆記用具       |
|   |   | 申 問 湯本泰隆 メール nagaokarekishit2014@gmail.com                      |  |



# 学 び



| 事業名                                  | とき・ところ  | 内容   | 詳細  |
|--------------------------------------|---|--|---|
| 【図書館】<br>木曜日<br>おはなしのじかん             | 9/1・8・15・22・29<br>(毎週木曜日)<br>16:30~16:50<br>図書館<br>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<br>[料金]無料  |
|                                      |   | 問 図書館 ☎62-3759   |   |
| 【図書館】<br>おはなしのじかん<br>012             | 9/2(金)<br>10:30~10:50<br>図書館<br>2階視聴覚室  | 毎月第1金曜日、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下さい。 | [申込]不要<br>[料金]無料  |
|                                      |   | 問 図書館 ☎62-3759   |   |
| 【まちの駅講座】<br>小説「峠」と<br>北越戊辰戦争を<br>学ぶ  | ①講義:9/2(金)<br>13:30~15:30ふぁみりあ<br>②現地学習:9/27(火)<br>8:30~16:30長岡市ほか<br>[集合]8:20ふぁみりあ | ①今年話題の映画「峠」の原作小説をひも解いて学ぶ。<br>②北越戊辰戦争の史跡を巡る。              | [申込]必要 ※両日参加できる方優先 [講師]①のみ、若月忠信(文学評論家) [定員]15名 [料金]①500円、②2,500円 [持物]筆記用具 [主催]学びの駅ふぁみりあ [協力]まちの駅ネットワークみつけ |
|                                      |   | 申 問 ふぁみりあ ☎62-1915                                       |   |
| 【ふぁみりあ】<br>大河津分水<br>通水100周年<br>現地学習会 | 9/9(金)<br>13:00~17:00<br>[集合]12:50ふぁみりあ<br>燕市方面ほか                                   | 越後平野を度重なる水害から守るため建設された大河津分水路について、現地を見学しながら学習します。         | [申込]必要 [料金]500円(資料代、保険料)<br>[定員]15名 [見学先]信濃川大河津資料館、大河津分水路改修事業現場、にとこみえ〜る館、横田切れ ※マスクの着用をお願いします。             |
|                                      |   | 申 問 ふぁみりあ ☎62-1915                                       |   |
| 【今町公民館】<br>おはなしの世界                   | 9/10(土)<br>10:00~11:00<br>今町公民館<br>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☆紙ひこうきをとばそう☆です。みんなきてね。おうちの方もどうぞ。 | [申込]不要<br>[対象]お子さん・おうちの方<br>[料金]無料<br>※マスクの着用をお願いします。   |
|                                      |   | 問 今町公民館 ☎66-2313   |   |





| 事業名  | とき・ところ   | 内容  | 詳細   |
|--|--|---|--|
| 【図書館】<br>第2・第4土曜日<br>おはなしのじかん                  | 9/10・24<br>(第2・4土曜日)<br>10:30~10:50<br>図書館<br>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<br>す。土曜日のひとときを親<br>子でお楽しみ下さい。                                   | [申込]不要<br>[料金]無料   |
|  |  | 問 図書館 ☎62-3759  |  |
| 【悠々ライフ】<br>初心者パソコン<br>~Word(ワード)~              | 9/10・24<br>(いずれも土曜日)<br>13:30~15:00<br>中央公民館<br>中ホール   | パソコンのWord(ワード)で簡<br>単な文書を作ってみましょ<br>う。初心者でも楽しく学べま<br>す。                                   | [申込]必要 8/22(月)9:00~受付開始(☎は同日13:00~)<br>[定員]各20名(定員を超えたらキャンセル待ち)<br>[料金]各100円(講師謝金、資料代)<br>[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   |  |
| 【悠々ライフ】<br>写経体験                                | 9/12(月)<br>13:15~16:00<br>庄川寺<br>[集合]13:15ネーブルみつけ      | 見附の名刹・庄川寺で心落<br>ち着く写経体験をしません<br>か。小筆をお持ちください。   | [申込]必要 8/22(月)9:00~受付開始(☎は同日13:00~)<br>[定員]10名(定員を超えたらキャンセル待ち)<br>[料金]500円(保険料、材料費)<br>[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】<br>いまさら聞けない<br>パソコン・IT<br>「USBメモリのコピー」 | 9/17(土)<br>9:30~11:00<br>中央公民館<br>中ホール                 | USBメモリを渡されて「自分のパソ<br>ンにコピーしてください」と言われて<br>実施できますか?ファイルのコピー<br>方法を基礎から学びます。初めて<br>の方もお気軽に。 | [申込]必要 8/22(月)9:00~受付開始(☎は同日13:00~)<br>[定員]25名(定員を超えたらキャンセル待ち)<br>[料金]100円(資料代)<br>[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】<br>見附の雑学<br>「野菜と歴史」                    | 9/18(日)<br>13:30~15:00<br>ネーブルみつけ<br>研修室2              | 野菜については実体験を交え<br>た話。地震については、「続三<br>条地震口説」を読みます。   | [申込]不要<br>[定員]15名(先着順)<br>[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  |  |
| 【ふぁみりあ】<br>お金と生活の知恵                            | 9/20(火)<br>13:30~15:00<br>ふぁみりあ<br>講習室2・3              | 日々の生活に欠かすことの出来<br>ない「お金」の貯蓄、消費、<br>財産形成について、金融の専<br>門家から学ぶ。                               | [申込]必要 [講師]武田昇(金融広報アドバイザー)<br>[定員]20名 [料金]無料 [持物]筆記用具<br>※マスクの着用をお願いします。<br>[共催]新潟県金融広報委員会                             |
|  |  | 申問 ふぁみりあ ☎62-1915   |  |
| 【図書館】<br>読書サロン                                 | 9/22(木)<br>19:30~21:00<br>図書館<br>2階視聴覚室                | みんなでわいわいと本に関<br>する話をします。気軽にご参<br>加下さい。  | [申込]不要<br>[料金]無料   |
|  |  | 問 図書館 ☎62-3759  |  |
| 【悠々ライフ】<br>歴史を訪ねて<br>「慈眼寺」                     | 9/28(水)<br>8:30~12:30<br>小千谷方面<br>[集合]8:30 ネーブルみつけ     | 「峠 最後のサムライ」で映画化さ<br>れた長岡藩家老河井継之助。<br>新政府軍と北越戦争のきっかけと<br>なった小千谷市慈眼寺を訪れま<br>す。              | [申込]必要 8/22(月)9:00~受付開始(☎申込不可)<br>[定員]12名(定員を超えたらキャンセル待ち)<br>[料金]700円(保険料、入館料)<br>[持物]歩きやすい服装/雨具/飲み物                   |
|  |  | 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<br>バランス食と<br>地消を楽しむ                 | 9/29(木)<br>10:00~12:30<br>保健福祉センター<br>集団検診室・調理室        | 未来の健康につながる食卓につ<br>いて、調理実習を通して学びます。<br>[献立]ごはん・鮭ときのこのホイル<br>焼き・ヘルシーポテトサラダ・オニ<br>オングラタン風スープ | [申込]必要 9/21(水)☎<br>[講師]岩淵智博(会席仕出し 魚龍 代表)<br>[定員]16名(先着順) [料金]1,000円<br>[持物]エプロン/三角巾/マスク/布巾3枚/手拭き/筆記用<br>具 [共催]見附市健康福祉課 |
|  |  | 申問 観光物産協会 ☎89-6277  |  |


## ＊ その他



| 事業名           | とき・ところ                                | 内容   | 詳細               |
|---------------|---------------------------------------|--|------------------|
| 【図書館】<br>書庫開放 | 9/25(日)<br>13:30~16:00<br>図書館<br>2階書庫 | 普段、入ることができない2階<br>の書庫を文学部門に限定して<br>解放し、貸出も行います。是非<br>ご来館下さい。 | [申込]不要<br>[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  |
|--|--|--|---|
| 第46回市展<br>中央審査員<br>芳賀日向<br>ギャラリートーク                    | 10/1(土)<br>13:30～(1時間程度)<br>※13:00～開場<br>ネーブルみつけ           | 中央審査員作品展の展示<br>作品について、写真家自身<br>による作品解説会を開催し<br>ます。   | [申込]不要<br>[定員]80名(先着順)<br>[料金]無料  |
|  |  | 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】<br>国際音楽<br>交歓コンサート                            | 10/7(金)<br>19:00～(開場18:15)<br>(予定)<br>アルカディア<br>大ホール       | 日本、ウクライナ、ベトナム、イタリ<br>アなどの演奏家によるコンサート。<br>ピアノ、ヴァイオリン、チェロ、声楽な<br>どの演奏をお楽しみください。  | [申込]整理券が必要です。9/26(月)～アルカディア<br>窓口で配布。おひとり様4枚まで(予定枚数に達し次第<br>配布終了)※未就学児入場不可<br>[対象]見附市在住または在勤者 [料金]無料  |
|  |  | 申 問 見附市文化ホール アルカディア ☎63-5321   |   |
| 【学習人材バンク登録講師<br>による自主企画講座】<br>ドライフラワーを使った<br>小物作り講座    | 10/14・21・28<br>(いずれも金曜日)<br>19:00～21:00<br>ネーブルみつけ<br>研修室2 | <br>10/14 ハーバリウム<br>10/21 はし置き2個セット<br>10/28 キャンドルホルダー<br>1回のみのお申し込み可能です。 | [申込]必要 10/5(水)☒<br>[講師]川崎京子(ハーバリウム・ハルコレ認定講師)<br>[定員]15名(先着順)<br>[料金]各回1,500円(当日徴収)  |
|  |  |  | 申 問 まちづくり課生涯学習推進係 ☎62-7801  |
| 【アルカディア】<br>杉山清貴&三浦和人<br>コンサート<br>～僕らの深夜放送～            | 11/6(日)<br>14:00～(開場13:30)<br>アルカディア<br>大ホール               | 二人のヒット曲を始め、青春時代ラ<br>ジオから流れてきた懐かしい曲の<br>数々を楽しく暖かいトークと爽やか<br>なメロディーでお届けします。  | [申込]チケットが必要です。8/6日(土)10:00～発売<br>開始(☎は13時～)<br>[料金]全席指定6,000円<br>[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   |   |
| 【アルカディア】<br>アルカディア<br>ピアノコンサート<br>～私の街のピアニスト～<br>本公演   | 11/23(水・祝)<br>14:00～(開場13:30)<br>アルカディア<br>大ホール            | アマチュアピアニストたちが渾身の<br>1曲を披露。アンサンブルコースは<br>船橋洋介の指揮で室内楽団と共<br>演。三船優子の演奏もお楽しみみ<br>ください。   | [申込]チケットが必要です。9/30(金)～発売開始<br>[料金]全席自由500円※小学生以下無料(要整理券)<br>※4歳以下入場不可<br>[出演]アマチュアピアニスト20名(予定)・船橋洋介(指揮)・三<br>船優子(ピアノ)・アルカディアフレンズアンサンブル(室内楽) |
|  |  | 申 問 見附市文化ホール アルカディア ☎63-5321   |   |
| 【アルカディア】<br>ジャズ@アルカディア<br>オーケストラ演奏会<br>～Groovin' High～ | 11/27(日)<br>14:00～(開場13:30)<br>アルカディア<br>大ホール              | 躍動するビッグバンドジャズのサウ<br>ンドをお楽しみください。世界的ジャ<br>ズピアニストの椎名豊を中心とした<br>プロによる特別演奏も聴きどころで<br>す。  | [申込]チケットが必要です。9/23(金・祝)～発売開始<br>[料金]全席自由2,000円、25歳以下1,000円(生年月日の<br>わかる証明書をご提示ください。)※未就学児入場不可<br>[出演]椎名豊クインテット・ジャズ@アルカディアオーケストラ             |
|  |  | 申 問 見附市文化ホール アルカディア ☎63-5321   |   |

## 第46回市展 作品募集

日本画・洋画・版画・彫刻・工  
芸・書道・写真の作品を募集し  
ます。

出品された作品は全て展示し  
ます。



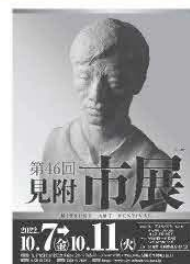
●出品受付・・・9/30(金)15:00～19:00

●場 所・・・ネーブルみつけ  
※受付日時に作品を搬入してください。

●展示期間・・・10/7(金)～11(火)

※詳細は、各公共施設に設置の開催要項をご覧ください。

●問い合わせ・・・市展実行委員会事務局 まちづくり課  
☎62-7801



### 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
- ・ほっとぴあ
- ・見附駅

次回発行日は9月16日(金)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。