

2024年
2月号
No.231

中公だより

見附市公民館フェイスブック



2月16日発行

編集・発行 見附市中央公民館 見附市本町2-5-9 休館日

☎62-1058



tyuukou@city.mitsuke.niigata.jp

2月27日(火)※夜間利用可能

夢を叶えた世界トップアスリートが可能性ある子どもたちに伝えたいこと

参加費
無料

夢講座＋トレラン体験

少雨決行

多雨の場合は第2部中止

世界トップレベルのトレイルランナーとして活躍する松永氏が、自身の経験をもとに、自分の好きなことや得意なことを武器にして成長するための方法をお伝えします。

また、トレイルランニングの体験会も行います。

【主催】見附市公民館（チーム事業）

9:00～10:30 第1部/トーク	『好き』、『得意』を武器にして 成長するための戦略	場 所：市民の森 学習管理棟「木々」 対 象：どなたでも 定 員：30名（先着順）
10:40～12:00 第2部/ワーク	プロが教える トレイルランニング体験	対 象：小学生 持ち物：タオル、水分、着替え等 定 員：30名（先着順）

3月17日(日)午前9:00～12:00

会 場：見附市市民の森（集合：学習管理棟「木々」）

申込み：右のQRコードの申込みフォームより
お申込みください。

問合せ：今町公民館（☎66-2313）

講 師：プロトレイルランナー 1部または2部
松永 紘明さん どちらか一方の
参加もOK！

申込み・詳細 /



講師 松永 紘明さん
Profile

数々のトレイルランの世界戦で入賞する世界トップレベルのトレイルランナー。自分の好きなことを追い求めることの大切さを伝える「夢授業」を日本各地の小中学校で実施している。

対象
高校生以上

ウェービーリング

粘土感覚で純銀シルバーリングをつくることができます。
ラインを入れてオリジナルの指輪をつくりませんか？

3月2日(土)午後1:00～4:00

会 場：中央公民館 美術工芸室（3階）

講 師：結城 孝子さん（学習人材バンク登録講師）

定 員：6名（先着順）

参加費：3,300円（当日徴収）※キャンセル料はかかりません。

持ち物：エプロン、手ふきタオル、筆記用具（ボールペン、シャープペン、消しゴム）

申込み：2月22日(木)までに中央公民館（☎62-1058）へ



デトックスヨガ体験会



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。

3月24日(日)午前10:00~11:00

会場：ふぁみりあ 軽運動場1、2 定員：10名(先着順)

講師：惣角 陽平さん(ヨガ講師)

持ち物：ヨガマット、動きやすい服装、飲み物、タオル

申込み：3月13日(水)までに中央公民館(☎62-1058)へ

参加費
無料

腸活
ダイエット
免疫力UP
心の不安解消
やる気UP

公民館事業(市民企画講座)の実施報告

「市民企画講座」は、意欲的な市民の方々から学習内容の発案～講師交渉～PR～当日運営まで一連のプロセスに参画していただいています。今後の展開もどうぞお楽しみに♪

バスボムを手づくりしてみよう!

講師：山本 実希子さん



夏休み
わくわく
体験塾

7/28(金)午前 参加：小学生10名
7/28(金)午後 参加：小学生10名

焼いてみよう、ふっくらコッペパン!

講師：今井 一雅さん



夏休み
わくわく
体験塾

8/7(金)参加：小学生&保護者10組



当館では引き続き意欲的な市民の方々の事業参画を得て、柔軟な発想によるさまざまな学習機会の提供に努めます。

歴史講座×郷土料理試食会

講師：山田 明さん



7/1(土)参加：50名
共催/みつけ・ふれあい食堂

試食会メニュー/
・おはぎ
・かて飯おにぎり
・漬物



歴史講座 戊辰戦争ゆかりの地を巡る

講師：西田 泰民さん



【協力】
ガイドグループ「なびらーず」

9/9(土)【講義編】参加：11名
10/21(土)【まちあるき編】参加：19名