

2024年
5月号
No.234

5月24日発行

編集・発行 見附市中央公民館 見附市本町2-5-9

☎ 62-1058

✉ tyuukou@city.mitsuke.niigata.jp

今月の休館日

5月27日(月)(夜間利用可能)

見附市公民館フェイスブック



歴史 講座

新潟県立歴史博物館 出前講座 新潟県の石 ヒスイ

参加費
無料

新潟県の石に指定された「ヒスイ」の魅力を学んでみませんか？

ヒスイはどのように生まれ人々に利用されるようになったのか...人とヒスイの物語を解説します。

6月1日(土) 午後1時30分～3時

会場：中央公民館 中ホール(1階)

定員：20名(先着順/要事前申込み)

申込み：中央公民館(☎ 62-1058)へ

講師：橋詰 潤さん(新潟県立歴史博物館 専門研究員)



見附市

ヒスイは令和4年11月4日に
新たな新潟県のシンボルとして
「県の石」に指定されました。

写真は耳取遺跡から出土したヒスイの大珠

【企画・運営】生涯学習プランナー
「実生の会」歴史班

子育てママの
リフレッシュ
講座

産後ママの骨盤体操教室



妊娠・出産で歪んだ骨盤や、抱っこでつらい肩回りのセルフケアをレクチャー。
今から知っておきたい、子どもの脳の発達と姿勢の関係や、取り入れたい習慣も
学べます。

6月13日(木) 午前10時～11時30分

会場：中央公民館 和室2(2階)

対象：子育て中のママと乳幼児(生後6か月～3歳)

定員：7組(先着順/定員になり次第締切)

参加費：500円(資料代/当日徴収)

持ち物：飲み物、タオル、筆記用具、動きやすい服装

申込み：QRコードか下記アドレスの申込みフォームより

<https://logoform.jp/f/RvSGb>

見守り
スタッフのいる

キッズスペース
設置

協力：出張キッズスペース
ママキャン



講師 岡山 せい子さん

カイロプラクター、理学療法士
見附市新町のサロン「リプル」で活動中



Mom's
Wish
List

市民企画講座「子育てママのリフレッシュ講座」は、日夜がんばっているママたちが
”自分のやりたいこと”に集中し、リフレッシュできる時間をお届けする、キッ
ズスペース常設のワークショップシリーズです。令和5年度に実施した同講座を振
り返ります♪



5/15産後ママの骨盤体操教室

講師：岡山せい子さん

参加：7組



6/22ドライフラワー縦ガーランドWS

講師：塩原恵理子さん

参加：4組



11/16クリスマスリースフレームWS

講師：Buttercupさん

参加：4組



定員
5名
(先着順)

ハーモニカ初心者教室 (複音ハーモニカ)



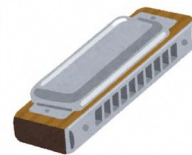
ハーモニカは手軽な楽器で、知っている曲はすぐ吹けるようになります。また、ハーモニカ1本持てば場所を選ばず好きな場所で演奏できます。講師の親切・丁寧なレッスンのもと一緒に童謡・唱歌・流行歌などを演奏しましょう。

6/12・19、7/10・17・24(いずれも水曜日)午後**1時30分**～3時

会場：ネーブルみつけ 研修室2 持ち物：複音ハーモニカ C(キー)

講師：五十嵐 正人さん 参加費：無料

申込み：6月5日(水)までに中央公民館(☎62-1058)へ



笑いヨガ体験会



「笑い」と「ヨガの呼吸法」を組み合わせた健康法です。子どもからお年寄りまで楽しめます！お気軽にご参加ください。

6月9日(日)午前**10時**～11時

会場：ネーブルみつけ 研修室1

定員：30名 持ち物：タオル、飲み物

講師：惣角 陽平さん(日本笑いヨガ協会認定 笑いヨガティーチャー)

申込み：6月3日(月)までに中央公民館(☎62-1058)へ

【当日徴収】
参加費
300円



参加者
募集！！

シニア健康スポーツ教室 どまんなか見附スポレククラブ



スポーツ・レクリエーションの楽しい活動を通して、仲間とともに運動を続けていくことで運動不足の解消と仲間づくりを目指すクラブです。

6月12日～12月19日(月2～3回開催)

会場：見附市内公民館・ふるさとセンターほか

定員：先着40名 参加費：1講座200円

【6月の予定】

12(水)13:30～15:00/ネーブルみつけ

26(水)10:00～11:30/新潟公民館

申込み：どまんなかクラブ見附(見附市老人クラブ連合会)事務局
☎61-1352 Fax62-7053

〒954-0052 学校町2-13-30(保健福祉センター内)

※年間スケジュールと内容、その他詳細は事務局(☎61-1352)へお問い合わせください。チラシは各公民館にも設置してあります。

※お申込みの際は、名前・年齢・性別・連絡先住所・
電話番号・参加希望日をお知らせください。



どまんなかクラブ見附事務局 ☎61-1352