

～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 6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）市のホームページでも見ることができます。

スマホでイベカレ LINEお友達登録



丸山弘雄 グラフィック・デザイン展
6/8(土)～7/7(日)



見附市出身
グラフィック
デザイナーの
展覧会

「色即是有」

市制施行70周年 健幸フェスタ2024
6/30(日)



楽しみながら健康を学ぼう！

休館日のお知らせ

【ふあみりあ】 6/28(金)
【図書館】 6/3(月)・10(月)・14(金)・17(月)・24(月)
【ギャラリーみつけ】 6/3(月)・10(月)・17(月)・24(月)
【アルカディア】 6/18(火)

清掃日のお知らせ

【ネーブルみつけ】 6/26(水) ※開館は午後5時まで

【分類】★(イベント):P1～2 ♥(健康・福祉):P2～3 ①(スポーツ):P3～6 ☺(趣味):P6～7 ②(学び):P7～8 ※(その他):P9 7月以降のイベント:P9

日付	事業名	日付	事業名
1 土	～見附、隠れき街巡り～緊急捜査！行方不明のミッケを探せ(4/27～) 【ギャラリーみつけ】★橋本直行展 私の見て来た風景(5/14～) 【イングリッシュガーデン】★フラワーフェスティバル(5/18～) 【ギャラリーみつけ】★大箭実展 製本とカリグラフィ(5/28～) 【総合型地域スポーツ】①親子うんどうあそび(土曜日) 【総合型地域スポーツ】①ステップ運動 【ギャラリーみつけ】★大箭実展 ギャラリートーク 【アルカディア】★初夏彩ほのぼのコンサート2024 【総合型地域スポーツ】①バレーボール～姿勢を整える～	8 土	【ギャラリーみつけ】★丸山弘雄グラフィック・デザイン展「色即是有」 【図書館】②第2・4土曜日おはなしのじかん 【悠々ライフ】①初心者パソコン～Word(ワード)～ 【ふあみりあ】②折り紙サロン 【悠々ライフ】①楽々バドミントン 【悠々ライフ】①カーリンコン
2 日	【総合型地域スポーツ】①トータルフィットネス	9 日	【学習人材バンク】♥笑いヨガ体験会 【アルカディア】★左手のピアニスト 館野 泉 米寿記念演奏会
3 月	【悠々ライフ】①グラウンドゴルフ ～今町・交流広場おれんちのお茶の間 ♥オレンジカフェ 西 【悠々ライフ】①写経体験 【総合型地域スポーツ】①幼児うんどうあそび短期教室 【総合型地域スポーツ】①今町ジュニアスポーツ万能教室 【総合型地域スポーツ】①ボクシングシェイプ ～リフレッシュ教室	11 火	【悠々ライフ】①みつけを写生しよう 【悠々ライフ】♥悠々健康カラオケ～曲に合わせて楽しく脳トレ～
4 火	【総合型地域スポーツ】①ZUMBA 【総合型地域スポーツ】①肩こり腰痛予防教室 【総合型地域スポーツ】①リフレッシュヨガ 【総合型地域スポーツ】①ジュニアスポーツ万能教室 【総合型地域スポーツ】①チアリーディング(小学1年生～小学2年生) 【総合型地域スポーツ】①チアリーディング(小学3年生～中学生) 【総合型地域スポーツ】①チアリーディングレベルアップ 【総合型地域スポーツ】①楽しい筋トレピクス	12 水	【学習人材バンク】☺ハーモニカ初心者教室(複音ハーモニカ)
5 水	～絵手紙教室ひまわり ～ネーブルダンス ♥健康カラオケ教室 【総合型地域スポーツ】①リズムエンジョイエクササイズ 【総合型地域スポーツ】①キッズチア(短期教室) 【総合型地域スポーツ】①ミズノ運動スクール(短期教室)	13 木	【悠々ライフ】①いつまでもびんびん！健康体操 【悠々ライフ】♥ウォーキング 良寛手まりの道～野積海水浴場
6 木	【悠々ライフ】①ピンポンで遊びましょう 【図書館】①木曜日はおはなしのじかん 【総合型地域スポーツ】①オールマイティースポーツ 【総合型地域スポーツ】①HIPHOPダンス(入門) 【総合型地域スポーツ】①ゆるヨガ短期教室 【総合型地域スポーツ】①夜ヨガ教室	14 金	【悠々ライフ】①山に登ろう～護摩堂山～ 【悠々ライフ】①スポーツ健康実践・体験会
7 金	【悠々ライフ】☺詩吟を楽しもう 【総合型地域スポーツ】①ほぐして動かす身体ラクラク運動 【図書館】①おはなしのじかん012 【総合型地域スポーツ】①骨盤調整&体力筋力低下予防運動(金曜日) 【総合型地域スポーツ】①ランニング教室(金曜日) 【総合型地域スポーツ】①はじめてエアロピクス 【今町公民館】①おはなしの世界	15 土	～いままさに聞けないパソコン・IT ♥オレンジカフェ 南
		16 日	【悠々ライフ】☺見附の雑学～江戸時代における庶民の生活②～
		18 火	【ギャラリーみつけ】★第24回写団G写真展 【悠々ライフ】☺悠々ビデオ観賞会 【ふあみりあ】①はじめての川柳教室 ～米 こころの相談会
		20 木	【悠々ライフ】①山に登ろう～護摩堂山～ 【悠々ライフ】①スポーツ健康実践・体験会
		21 金	【悠々ライフ】♥施設めぐり～吹奏楽～ 【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
		22 土	【悠々ライフ】①アルビ応援隊 【ギャラリーみつけ】★丸山弘雄グラフィック・デザイン展 作家ギャラリートークとJazz Live
		25 火	～認知症介護家族交流会
		26 水	【悠々ライフ】①歴史を訪ねて
		27 木	【悠々ライフ】①カーリンコン体験・練習会 【悠々ライフ】①ラケットテニス 【悠々ライフ】☺みんなで手芸を楽しもう！！ 【図書館】①読書サロン
		28 金	【地域包括支援センター】♥オレンジカフェ 中央
		30 日	～市制施行70周年健幸フェスタ2024 【悠々ライフ】①カーリンコン～カーリンコン in 健幸フェスタ～ 【悠々ライフ】☺悠々歌声喫茶 in 健幸フェスタ
		7月のイベント	
		3 水	【ふあみりあ】①大人の食育「高血圧予防の毎日ごはん」
		9 火	【ふあみりあ】☺木目込人形で来年の干支「巳」を作ろう！
		9 火	【ふあみりあ】☺北陸ガス料理教室 in ふあみりあ
		9月のイベント	
		29 日	【アルカディア】★N響メンバーによるゲートウェイ・ゾリステン2024～Cocoro&サキハデを遊んで～

※ 申：事前申込みが必要です ※ ①：子ども向け
※ チケット：チケットが必要です



★ イベント



事業名	とき・ところ	内 容	詳 細
～見附、謎解き街巡り～ 緊急捜査！ 行方不明のミッケを探せ	4/27(土)～6/30(日) 9:00～17:00 ネーブルみつけ内 みらい市場	見附市を舞台に謎を解き明かしていく体験型リアル謎解きイベント！	[申込]不要 [定員]800名(先着順) [料金]大人(中学生以上):300円、小学生以下:無料 ※参加特典として、みらい市場お買物券300円分をプレゼント！(大人のみ)
		問 (一社)見附市観光物産協会 ☎89-6277	
【ギャラリーみつけ】 橋本直行展 私の見て来た風景	5/14(火)～6/2(日) 10:00～21:00 ※6/2は16:00まで ギャラリーみつけ 2階フロア	新潟の風景を描く長岡市寺泊在住画家の作品展を開催。一部展示販売もあります。	[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	
【みつけイングリッシュガーデン】 フラワーフェスティバル	5/18(土)～6/9(日) 10:00～15:00 みつけイングリッシュガーデン	ガーデンが最も美しい季節。期間中の土日には、手作り雑貨販売、演奏会などを実施予定。	[申込]不要 ※詳細は、5月上旬に全戸配布するイベントのチラシをご覧ください。 ※悪天候は中止の場合あり。
		問 建設課公園緑花係 ☎62-1700(内線250)	
【ギャラリーみつけ】 大箭実展 製本とカリグラフィー	5/28(火)～6/16(日) 10:00～21:00 ※6/16は16:00まで ギャラリーみつけ 展示室1・2	見附市在住の作家による展覧会を開催。「製本工房綴人」として活動、西洋の伝統的な製本技法でノートを制作。一部展示販売もあります。	[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】 大箭実展 ギャラリートーク	6/1(土) 14:00～15:00 定員30名(先着順) ギャラリーみつけ 展示室1・2	作家による道具や製本についてのお話をお楽しみください。	[申込]必要(ギャラリーにご来館または☎でお申し込みください。) [定員]30名(先着順) [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	
【アルカディア 音楽祭合唱団】 初夏彩ほのほの コンサート2024	6/1(土) 14:00～15:00 ネーブルみつけ 多目的広場	「動物の謝肉祭」からの楽しいファンタジーをはじめ、合唱曲「ふるさとの四季」から、初夏に相応しい曲をさわやかな歌声でお届けします。	[申込]不要 [料金]無料
		問 星野 ☎62-0244	
【ギャラリーみつけ】 丸山弘雄 グラフィック・デザイン展 「色即是有」	6/8(土)～7/7(日) 10:00～21:00 ※7/7は15:00まで ギャラリーみつけ 2階フロア	見附市出身デザイナーのグラフィックデザインの展示会を開催。見附市内施設のロゴマークを多く作成。今回試作などを含めて公開します。	[申込]不要 [料金]無料 [主催]見附市
		問 ギャラリーみつけ ☎84-7755	
【アルカディア】 左手のピアニスト 館野 泉 米寿記念演奏会	6/9(日) 14:00(開場13:30～) アルカディア 大ホール	80歳を迎えた今も演奏会を行う左手のピアニスト館野泉。ヤンネ館野(ヴァイオリン)、矢口里菜子(チェロ)との共演でお贈ります	[申込]チケット発売中 [料金]全席指定 一般3,000円、高校生以下1,500円(当日各500円増) ※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	
アンブレラスカイ inネーブルみつけ	6/15(土)～7/15(月・祝) 9:00～21:45 ※6/23は17:00まで ネーブルみつけ まちの駅コーナー	昨年、県内各マスコミから“映える”スポットとして報道された「アンブレラスカイ」が今年もネーブルみつけに出現します。	[申込]不要 [料金]無料
		問 (一社)見附市観光物産協会 ☎89-6277	
【ギャラリーみつけ】 第24回 写団G写真展	6/18(火)～23(日) 10:00～21:00 ※6/23は17:00まで ギャラリーみつけ 展示室1	市内で活動する写真愛好家のグループ展を開催。	[申込]不要 [料金]無料 [主催]写団G
		問 ギャラリーみつけ ☎84-7755	
【ギャラリーみつけ】 丸山弘雄 グラフィック・デザイン展 作家ギャラリートークと Jazz Live	6/22(土) 18:00～19:00 ギャラリーみつけ 2階フロア	作家によるギャラリートークと阿部泰比古スペシャル・ユニットによるJazz Liveを開催。	[申込]必要(ギャラリーにご来館または☎でお申し込みください。) [定員]80名(先着順) [料金]無料 [主催]見附市
		申 問 ギャラリーみつけ ☎84-7755	



事業名	とき・ところ	内 容	詳 細
市制施行70周年 健幸フェスタ 2024	6/30(日) 9:00～15:00 ネーブルみつけ	健康の4本柱「食生活」「運動」「生きがい」「健診」について体験を通して楽しみながら学べるイベントです。	[申込]不要 ※詳細は、広報みつけ6月号 全戸配布のチラシをご覧ください。 
		問 健康福祉課 健幸づくり係 ☎61-1370	



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	6/3(月)～27(木) (毎週月・木曜日) 9:30～11:30 今町子育て支援センター内 「いまち悠々」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	6/3(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	
ネーブルダンス	6/5・12・19・26 (毎週水曜日) 9:00～12:00 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	6/5・12・19・26 (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	
【学習人材バンク】 笑いヨガ体験会	6/9(日) 10:00～11:00 ネーブルみつけ 研修室1	「笑い」と「ヨガの呼吸法」を組み合わせた「笑いヨガ」の体験会です。 お子さんからお年寄りまで楽しめます！	[申込]必要 5/17(金)～6/3(月)ㄹ [講師]惣角陽平 [定員]30名(先着順) [料金]300円 [持物]タオル/飲み物
		申 問 中央公民館 ☎62-1058	
【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♪～	6/11(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 [講師]音楽健康指導士(スポーツ推進委員) [料金]無料
		問 悠々ライフ事務局(まちづくり課内) ☎62-7801	
【悠々ライフ】 ウォーキング 良寛手まりの道～ 野積海水浴場	6/14(金) 9:00～17:00 [行先]長岡市・燕市方面 [集合]9:00ネーブルみつけ	道の駅「国上」からバス移動し、夕日に映える日本海の海岸へと続く良寛手まりの道を歩きます。朝日展望台、にとこみえー館も見学。	[申込]必要 5/27(月)9:00受付開始(ㄹ 申込不可) [定員]20名(定員になり次第ㄹ) [料金]400円(保険料) [持物]飲み物/歩きやすい服装/帽子/タオル/雨具等/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	
【地域包括支援センター南】 オレンジカフェ 南	6/15(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	
【悠々ライフ】 施設めぐり ～新潟市方面～	6/21(金) 9:00～17:00 [行先]新潟市方面 [集合]9:00ネーブルみつけ	NHK新潟放送局や県立自然博物館、県都新潟市の文化施設を見学します。	[申込]必要 5/27(月)9:00受付開始(ㄹ 申込不可) [定員]20名(定員を超えたらキャンセル待ち) [料金]700円(保険料等) [持物]昼食/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	

事業名	とき・ところ	内 容	詳 細
【地域包括支援センター今町】 オレンジカフェ 今町	6/21(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 語り合ひましょう。	[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	6/21(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			
認知症介護 家族交流会	6/25(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ひの場です。	[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	6/28(金) 10:00～11:30 中央公民館 1階 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 語り合ひましょう。	[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】 親子うんどうあそび (土曜日)	6/1・8・15・22 (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歳児と保護者 [定員]20組 [料金]2,400円/月(別途、年会費保険料)体験1回無料 [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			
【総合型地域スポーツクラブ】 ステップ運動 (連携教室)	6/1・8・15・22 (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、年会費保険料)体験1回無料 [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】 バレトン ～姿勢を整える～ (連携教室)	6/1・8・15・22 (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】 スリム体型を目指す素足で行う有酸素 エクササイズ*！ダイエット効果期待(連携 教室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、年会費保険料)体験1回無料 [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)	6/2・9・16・23 (いずれも日曜日) 9:15～10:15 市民武道館 柔・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、年会費保険料)体験1回無料 [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	6/3・24 (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 体を動かしながら楽しく健康づくり。初心者大歓迎！	[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			
【総合型地域スポーツクラブ】 幼児うんどうあそび 短期教室	6/3・10・17・24 (毎週月曜日) 16:40～17:30 今町地区体育館	うんどうあそびを通して運動の基礎が身に つきます。おうちの方も一緒にどうぞ。5月～7月 (全10回開催)	[申込]必要 [対象]概ね3～6歳児(保護者同伴可) [定員]10名 [料金]7000円/10回 [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】 今町ジュニアスポーツ 万能教室	6/3・10・17・24 (毎週月曜日) 18:00～19:00 今町地区体育館	運動の得意不得意は問いません。楽しく身体を動かそう！	[申込]必要 [対象]小学生 [定員]20名 [料金]2,400円/月(別途、年会費保険料)体験1回無料 [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】 ボクシングシェイプ	6/3・10・17・24 (毎週月曜日) 19:30～20:30 市民武道館 剣道場	【脂肪燃焼エクササイズ】 パンチやキックを組み合わせシェイプアップ！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、年会費保険料)体験1回無料 [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	6/3・10・17・24 (毎週月曜日) 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】 ZUMBA	6/4・11・18 (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、年会費保険料)体験1回無料 [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】 肩こり腰痛 予防教室	6/4・11・18 (いずれも火曜日) 10:15～11:15 ネーブルみつけ 研修室1/剣道場	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。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、年会費保険料)体験1回無料 [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	6/4・11・18 (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、年会費保険料)体験1回無料 [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】 ジュニアスポーツ 万能教室	6/4・11・18・25 (毎週火曜日) 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。	[申込]必要 [対象]小学生 [定員]25名 [料金]2,400円/月(別途、年会費保険料)体験1回無料 [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 (小学1年生～ 小学2年生)	6/4・11・25 (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2年生 [定員]20名 [料金]2,400円/月(別途、年会費保険料)体験1回無料 [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 (小学3年生～ 中学生)	6/4・11・25 (いずれも火曜日) 18:25～19:15 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3年生～中学生 [定員]20名 [料金]2,400円/月(別途、年会費保険料)体験1回無料 [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 レベルアップ	6/4・11・25 (いずれも火曜日) 19:20～20:15 葛巻地区ふるさとセンター	経験者で、さらにレベルアップした子向けの教室です。スタンツ・タンパングをやってみよう！柔軟性をより高めます。	[申込]必要 [対象]小学3年生～中学生 [定員]20名 [料金]2,400円/月(別途、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】 楽しい筋トレレックス	6/4・11・25 (いずれも火曜日) 19:30～20:30 葛巻地区ふるさとセンター	【筋トレ+エアロビクス】 有酸素運動をしながら全身筋トレ+エアロビクス。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、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】 リズムエンジョイ エクササイズ	6/5・12・19・26 (毎週水曜日) 14:00～15:00 今町体育館	楽しくリズムに合わせ心と身体を整え、有酸素運動を行います。5/1体験会 5/8～7/10(全10回)	[申込]必要 [対象]大人(中学生以上) [定員]20名 [料金]7,000円/10回 [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】 キッズチア (短期教室)	6/5・12・19 (いずれも水曜日) 17:00～17:45 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。5/1～7/17(全10回)	[申込]必要 [対象]年中・年長 [定員]20名 [料金]7,000円/10回 [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】 ミズノ運動スクール (短期教室)	6/5・12・26 (いずれも水曜日) 18:00～19:00 葛巻地区ふるさとセンター	運動発達に必要な36の基本動作を楽しみながら身につけることができます。5/1体験会 5/8～7/17(全10回)	[申込]必要 [対象]小学生 [定員]20名 [料金]7,000円/10回 [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】 ピンポンで 遊びましょう	6/6・13・20 (いずれも木曜日) 9:30～11:30 6・13日:総合体育館 20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】 オールマイティ スポーツ	6/6・13・20・27 (毎週木曜日) 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、年会費保険料)体験1回無料 [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)	6/6・13・20・27 (毎週木曜日) 18:00～19:00 アルカディア練習室/ 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、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】 よるヨガ 短期教室	6/6・13・20・27 (毎週木曜日) 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。4/11～6/27(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 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	6/6・13・20・27 (毎週木曜日) 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、年会費保険料)体験1回無料 [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	6/7・14・21・28 (毎週金曜日) 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、年会費保険料)体験1回無料 [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】 骨盤調整&体力筋力 低下予防運動 (金曜日)	6/7・14・21・28 (毎週金曜日) 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、年会費保険料)体験1回無料 [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 (金曜日)	6/7・14・21・28 (毎週金曜日) 18:30～19:30 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。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、年会費保険料)体験1回無料 [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			



事業名	とき・ところ	内 容	詳 細
【総合型地域スポーツクラブ】 はじめて エアロビクス (連携教室)	6/7・14・21・28 (毎週金曜日) 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。(連携教室内でどこに参加しても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、年会費保険料)体験1回無料 [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】 楽々バドミントン	6/8(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(貸出しもあり)
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	6/8・15 (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 [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			
【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	6/13・27 (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、年会費保険料)体験1回無料 [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】 山に登ろう ～護摩堂山～	6/20(木) 9:00～17:00 [行先]田上町地内 [集合]9:00ネーブルみつけ	県内屈指のあじさいの名所「護摩堂山」は、6～7月にかけて3万本のあじさいが咲き誇ります。「ごまどう湯つ多里館」から歩きます。	[申込]必要 5/27(月)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]400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			
【悠々ライフ】 スポーツ健幸吹矢 練習・体験会	6/20(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た。！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]吹矢等 ※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】 カーリンコン 体験・練習会	6/26(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			
【悠々ライフ】 ラケットテニス	6/27(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(貸出しもあり)
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 ～カーリンコン in 健幸フェスタ～	6/30(日) 9:00～10:15 ネーブルみつけ 市民交流サロン	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。健幸フェスタで楽しみましょう。	[申込]不要
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	6/5(水) 9:00～11:30 ネーブルみつけ 研修室1	[今月の内容] カレンダー(好きな月)を描く	[講師]中村・矢沢 [料金]200円 [持物]半紙(モチーフは自由)
問 絵手紙教室ひまわり 中村 ☎63-0621			



趣

味



事業名	とき・ところ	内 容	詳 細
【悠々ライフ】 詩吟を楽しもう	6/7・14・21 (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 [講師]名古屋悦郎(神藍)、永井藤子(詠風) [定員]20名 [料金]100円(講師謝金、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】 折り紙サロン	6/8(土) 13:30～15:30 ふぁみりあ 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。見本はふぁみ りあ事務所前にあります。	[申込]不要 [講師]金子 令 [料金]200円(材料費別) [持物]折り紙/ボンダ/はさみ/つまようじ ※マスク着用をお願いします。
		問 ふぁみりあ ☎62-1915	
【悠々ライフ】 みつけを 写生しよう	6/11(火) 9:00～12:00 中央公民館 美術工芸室	写生を通して故郷見附を再発見し ませんか。水彩画又はスケッチで もOK。雨天時は各町内を撮影した 写真を写生します。(撮影場所は 後日決定)	[申込]必要 5/27(月)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	
【学習人材バンク】 ハーモニカ 初心者教室 (複音ハーモニカ)	6/12・19、7/10・17・24 (いずれも水曜日) 13:30～15:00 ネーブルみつけ 研修室2	ハーモニカは知っている曲はすぐに 吹けるようになる手軽な楽器です。 親切なレッスンのもと一緒に童謡・ 流行歌などを演奏しましょう	[申込]必要 5/17(金)～6/5(水)☎ [講師]五十嵐正人 [定員]5名(先着順) [料金]無料 [持物]複音ハーモニカ(Cキー)
		申 問 中央公民館 ☎62-1058	
【悠々ライフ】 ゆうゆう 元気カラオケ	6/13(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	
【悠々ライフ】 見附の雑学 ～江戸時代における 庶民の生活②～	6/16(日) 13:30～15:00 ネーブルみつけ 研修室1	4月の講座に引き続き、元屋敷 遺跡から出土した江戸時代の 器から庶民の食生活を考えま す。	[申込]不要 [講師]元伝承館学芸員 安藤正美 [料金]300円(講師謝金、資料代等)
		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 ～見附に住もう「やさしい 絆のある町」～他	6/18(火) 13:30～15:00 ネーブルみつけ 研修室1	平成23年に「びでおさーくるみ つけ」により制作された市のPR 動画を上映します。私たちのま ちを再確認しましょう！	[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	
【悠々ライフ】 みんなで 手芸を楽しもう！！	6/27(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 5/27(月)9:00受付開始(☎は同日13:00 ～) [定員]10名 [料金]300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】 悠々歌声喫茶 in 健幸フェスタ	6/30(日) 11:00～12:00 ネーブルみつけ 市民交流サロン	健幸フェスタに「悠々ライフ歌 声喫茶」が参加します。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
【悠々ライフ】 写経体験	6/3(月) 13:15～16:00 [行先]庄川寺 [集合]13:15ネーブルみつけ	見附の名刹・庄川寺で心落ち 着く写経体験をします。小 筆をご持参ください。イスに座る ので足の心配はありません。	[申込]必要 5/27(月)9:00受付開始(☎は同日13:00 ～) [定員]15名(定員を超えたらキャンセル待ち) [料金]500円(保険料/材料費等) [持物]小筆
		申 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
【図書館】 木曜日 おはなしのじかん	6/6・13・20・27 (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は是非どうぞ。	[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	6/7(金) 10:30～10:50 図書館 2階視聴覚室	0.1.2歳を対象に読み聞かせや手遊びをします。みんなで楽しい時間を過ごしましょう。	[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	6/8(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。6月は☆星に願いを!!七夕かざり☆です。みんなきてね。うちの方どうぞ。	[申込]不要 [対象]お子さん・うちの方 [料金]無料
		問 今町公民館 ☎66-2313	
【図書館】 第2・4土曜日 おはなしのじかん	6/8・22 (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	
【悠々ライフ】 初心者パソコン ～Word(ワード)～	6/8・22 (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 5/27(月)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	
【悠々ライフ】 いまさら聞けない パソコン・IT ～ Windows10のサポート 終了まで1年半 ～	6/15(土) 9:30～11:00 中央公民館 中ホール	現在、Windows10しか使えないPCを使っている方は、後1年半の間はどうすればよいのか解説します。初めての方もお気軽に。	[申込]必要 5/27(月)9:00受付開始(☎は同日13:00～) [定員]25名 [料金]100円(資料代等) [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	
【ふぁみりあ】 はじめての 川柳教室 (全5回)	6/18、7/2・16・30、 8/20 (いずれも火曜日) 13:30～15:00 ふぁみりあ	見たこと感じたことを川柳で表現して楽しく川柳を学びましょう。完成した作品は文芸祭へ出品します。	[申込]必要 [講師]板垣信一(見附市文芸協会会長、川柳まどか代表) [料金]1,000円(全5回) [持物]鉛筆/消しゴム [共催]見附市文芸協会 [後援]見附市教育委員会
		申 問 ふぁみりあ ☎62-1915	
【悠々ライフ】 アルビ応援隊	6/22(土) 16:00～22:00 (18:00キックオフ) [行先]新潟市デンカビックス スタジアム [集合]16:00市役所駐車場	今回の対戦相手は、「川崎フロンターレ」です。テッペンをめざすアルビレックスの「勝ち点3」を信じて精一杯応援しましょう。	[申込]必要 5/27(月)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]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】 歴史を訪ねて	6/26(水) 9:00～18:00 [行先]村上市方面 [集合]9:00ネーブルみつけ	イヨボヤ会館、市郷土資料館、若林家住宅など、県最北端の城下町・村上の文化、歴史施設を訪ねます。	[申込]必要 5/27(月)9:00受付開始(☎申込不可) [定員]20名(定員を超えたらキャンセル待ち) [料金]1,200円(保険料、高速料金等) [持物]昼食/飲み物/帽子/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	
【図書館】 読書サロン	6/27(木) 19:30～21:00 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
こころの相談会	6/18(火) 13:30～16:20 保健福祉センター 研修室	心身の不調やストレス、家族や仕事などこころの悩みについて 臨床心理士が相談にのります。	[申込]必要 6/13(木)※申込時に相談内容をお聞きします。[料金]無料 [相談時間]13:30～、14:30～、15:30～(お一人50分)
申 問 健康福祉課予防医療係 ☎61-1370			

7月以降のイベント

事業名	とき・ところ	内 容	詳 細
【ふぁみりあ】 大人の食育 「高血圧予防の 毎日ごはん」	7/3(水) 10:00～12:30 ふぁみりあ 調理室等	[献立]雑穀ごはん、切り身魚のソテー～にいがた流サルサソース添え、電子レンジでなすのランパン、塩麹スープ、とろとろももゼリー	[申込]必要 6/22(土)※[講師]山川琴栄(管理栄養士)[定員]12名(先着順)[料金]1,200円(食材費等)※後のキャンセルは料金が必要です。[持物]エプロン/三角巾/マスク/布巾3枚/手拭きタオル/筆記用具 [共催]健康福祉課
申 問 ふぁみりあ ☎62-1915			
【ふぁみりあ】 木目込人形で来年の 干支「巳」を作ろう！ (全5回)	7/3(材料選び)、10/2・ 9・16・23 (いずれも水曜日) 13:30～15:30 ふぁみりあ	来年の十二支は巳(へび)です。木目込で豪華な「巳」と一緒に作ってみませんか？	[申込]必要 [講師]高井きみ子(久月人形学院正教授) [料金]1,000円(7/3徴収)※材料代3,500円程度別途必要(10/2徴収) [持物]目打ち/両べら(お持ちの方)/小ばさみ/木工用ボンド/ふきん
申 問 ふぁみりあ ☎62-1915			
【ふぁみりあ】 北陸ガス料理教室 inふぁみりあ ～暑い夏を のりきる献立～	7/9(火) 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]ガスパチョ(冷製スープ)、車麩の生姜焼き、アボカドと長いものスパイスサラダ	[申込]必要 6/18(火)※[講師]古川素子(栄養士)[定員]16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]1,500円 [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			
【アルカディア】 N響メンバーによるゲートウェイ・ソリステン2024 ～Cocomi&サキタハヂメを迎えて～	9/29(日) 14:00(開場13:30～) アルカディア 大ホール	NHK交響楽団メンバーによる室内楽団の演奏会。ゲストにCocomi(フルト)、ミュージカルソー(のこぎり)サキタハヂメ、MCに三井ゆりを迎えてお贈りします。	[申込]チケットが必要です。6/22(土)10:00～発売開始 [料金]全席指定5,000円(当日300円増) ※未就学児入場不可
申 問 文化ホール アルカディア ☎63-5321			

～学びたい人と教えたい人をつなぐ学習人材バンク事業～

学習人材バンク登録講師による企画講座紹介

ハーモニカ 初心者教室 全5回

ハーモニカは手軽な楽器です。親切的なレッスンのもと一緒に童謡など流行曲の演奏をしましょう。
6/12・19、7/10・17・24 (いずれも水曜日)
13:30～15:00
ネーブルみつけ 研修室2
※詳細は7ページをご覧ください。

笑いヨガ体験会

「笑い」と「ヨガの呼吸法」を組み合わせたヨガの体験会。お子さんからお年寄りまで楽しめます。
6/9(日曜日) 10:00～11:00
ネーブルみつけ 研修室1
※詳細は2ページをご覧ください。

学習人材バンク事業とは...

知識、経験、技術をお持ちの方にバンク(名簿)へ登録いただき、学びたい方へつなぐ事業です。
登録者も随時募集しています。

～お問合せ～

見附市まちづくり課 生涯学習係 ☎62-1058

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
- ・各公民館
- ・ギャラリーみつけ
- ・各公衆館
- ・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
- ・ほっとびあ
- ・見附駅

次回発行日は6月21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。
各問い合わせて先にご確認ください。