

2月行事の申込受付開始は1月14日（火）午前9時からとします。

電話での申込受付は1月14日（火）午後1時から。「定員を超えたらキャンセル待ち」の行事は、申込先着順につき当選連絡はしません。キャンセルが出た場合のみ、ご連絡します。

ゆうゆう 「悠々ライフ」

2月の行事カレンダー

（令和7年1月10日（金）発行）

日	月	火	水	木	金	土
						1 初心者パソコン （中央公民館） カーリンコン （ネブルみつけ）
2	3	4	5	6 ピンポンで遊 びましょう （総合体育館）	7 詩吟を楽しもう （ネブルみつけ）	8 新年のつどい （中央公民館）
9	10 屋内グラウン ドゴルフ （新潟公民館）	11 （建国記念の日） みつけを写生 しよう （中央公民館） 悠々健幸カラオケ （ネブルみつけ）	12	13 ピンポンで遊 びましょう （総合体育館） スポーツ健幸 吹矢 練習・体 験会 （ネブルみつけ）	14 詩吟を楽しもう （ネブルみつけ） ゆうゆう元気 カラオケ （ネブルみつけ）	15 初心者パソコン （中央公民館） いまさら聞け ないパソコ ン・IT （中央公民館） カーリンコン （ネブルみつけ） 楽々バドミン トン （総合体育館）
16	17 屋内グラウン ドゴルフ （新潟公民館）	18 悠々ビデオ観 賞会 （ネブルみつけ）	19	20 ピンポンで遊 びましょう （今町体育館）	21 詩吟を楽しもう （ネブルみつけ） 行事チラシ 3月号発行日	22
23	24	25 3月号申込 受付開始日	26 カーリンコン体 験・練習会 （今町公民館）	27 みんなで手芸 を楽しもう （ネブルみつけ） ラケットテニス （総合体育館）	28	

◇新型コロナウイルス感染対策の重要なお知らせ◇

※必ず一読してからご参加ください

●**マスクの着用及び手指の消毒を行い、参加**をお願いします。

国の方針では、新型コロナウイルス感染対策が緩和されましたが、悠々ライフでは高齢者の参加が多い
ため、引き続きマスク着用・手指消毒をお願いします。

行事内容によっては、マスクを着用していない方の参加をご遠慮いただく場合があります。

●参加される際にはご自宅で検温を行い、熱がある方や体調の優れない方の参加はご遠慮ください。

皆様のご理解とご協力をよろしくお願いいたします。

悠々ライフ

申込不要の行事 以下の行事は申込不要です。直接会場へお越しください。

カーリンコン

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。年齢に関係なくどなたでも楽しめます。

と き 2月1日(土)・15日(土)
いずれも 14:00~16:00

ところ ネーブルみつけ 研修室 1
定員 30名
参加費 100円(保険料など)
仕掛人 齋藤榮作・吉川富美子



ピンポンで遊びましょう

「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!

と き 2月6日(木)・13日(木)・20日(木)
いずれも 9:30~11:30

ところ 6日・13日: 総合体育館
20日: 今町体育館
参加費 各回100円(保険料など)
持ち物 運動靴、ラケット(貸出もあり)
仕掛人 相澤啓輔・桜井浩子・平賀一二男



カーリンコン体験・練習会

「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。

と き 2月26日(水)9:30~11:30

ところ 今町公民館 大集会室
定員 30名
参加費 100円(保険料など)
仕掛人 齋藤榮作



詩吟を楽しもう

「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。

と き 2月7日(金)・14日(金)・21日(金)
いずれも 9:30~11:30

ところ 7日・21日 ネーブルみつけ 研修室 2
14日 ネーブルみつけ 研修室 1

定員 20名
参加費 100円(講師謝金・資料代など)
講師 名古屋悦郎(神藍) 永井藤子(詠風)
仕掛人 相澤啓輔・小林 儀輔



悠々健幸カラオケ

~曲に合わせて楽しく脳トレ♪~

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! お気軽にご参加ください!

と き 2月11日(火:祝) 13:30~14:30

ところ ネーブルみつけ
市民交流サロン

参加費 無料
講師 音楽健康指導士(スポーツ推進委員)
仕掛人 中澤てい子・吉川富美子



ラケットテニス

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! 初心者もお気軽にご参加ください。

と き 2月27日(木)9:30~11:30

ところ 総合体育館
参加費 100円(保険料など)
持ち物 運動靴
仕掛人 平賀一二男・相澤啓輔



楽々バドミントン

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。初心者大歓迎です。

と き 2月15日(土)14:00~16:00

ところ 総合体育館
参加費 50円(保険料など)
持ち物 運動靴、ラケット(貸出もあり)
仕掛人 笹川洋子



スポーツ健幸吹矢 練習・体験会

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。

と き 2月13日(木)9:30~11:30

ところ ネーブルみつけ 多目的広場
参加費 100円(保険料など)

持ち物 吹矢
※5名分の用具(吹矢)の貸出が可能です。
仕掛人 齋藤 榮作



※野外で活動する行事やスポーツ行事については、傷害保険に加入しています。

(死亡・後遺障害 500万円、入院日額 3,000円、通院日額 2,000円) 補償内容をご了承の上お申し込みください。

申込不要の行事 以下の行事は申込不要です。直接会場へお越しください。

悠々ビデオ観賞会 ～「矢沢幸からのメッセージ」・「幸」～他

新潟県見附市が生んだ詩人・矢沢幸のビデオ2作品、元教育長高橋孝男氏制作「矢沢幸の故郷、河野町と幸の詩の紹介」・五十嵐勝氏制作「幸の詩と生涯」を上映致します。

と き 2月18日(火)13:30～15:00
ところ ネーブルみつけ 研修室1
参加費 無料
定員 50名
上映 マチャ映像 斎藤正一
仕掛人 相澤啓輔・横田 洋司



屋内グラウンドゴルフ

グラウンドゴルフが12月からは青空の下から屋内に代わります。冬場の運動不足を解消し、楽しくプレイしましょう。初心者大歓迎！お気軽にご参加ください。

と き 2月10日(月)・17日(月)
いずれも9:15～11:30
ところ 新潟公民館 講堂
持ち物 運動靴、屋内用グラウンドゴルフ用ボール、クラブ、クラブカバー
※運動靴を除き、1名分の貸出あり
参加費 各回100円(保険料など)
仕掛人 平賀一二男・相澤啓輔



ゆうゆう元気カラオケ

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♪

と き 2月14日(金)9:30～11:30
ところ ネーブルみつけ 多目的広場
参加費 無料
仕掛人 中澤てい子・吉川富美子



※マスク着用、感染症対策への協力をお願いします。



申込が必要な行事 以下の行事は電話申込(62-7801)・窓口での申込 どちらも可能です。

初心者パソコン (Wordワード)

パソコンのワードとエクセルのこれだけは知っておきたい基礎を学習しましょう。初心者でも楽しく学べます。

と き ①2月1日(土)・②15日(土)
いずれも13:30～15:00
ところ 中央公民館 中ホール
申込み 必要 ①1月24日(金)まで
②2月7日(金)まで
参加費 各回100円(講師謝金、資料代など)
定員 20名
持ち物 パソコン
※パソコンは3台まで貸出ができます。(先着順)
仕掛人 相澤啓輔・桜井浩子



パソコンの貸出を伴う場合は、開催者の指示に従って、除菌してお使いください。

いまさら聞けない パソコン・IT

～メルカリを始めてみよう～

身の回りの不用品をメルカリで売ることができます。また、他の人の不用品を安く買い取ることもできます。不安で一歩を踏み出せない方へのガイドです。初めての方もお気軽に。

と き 2月15日(土)9:30～11:00
ところ 中央公民館 中ホール
申込み 必要 2月7日(金)まで
参加費 100円(資料代など)
定員 25名
持ち物 パソコン(windows)、スマホなど(持参しない場合は聴講のみ)
講師 山田康雄
仕掛人 桜井浩子



みんなで手芸を楽しもう!!

初心者から経験者まで手芸をみんなで楽しんでみませんか？お気軽にご参加ください。

と き 2月27日(木)13:30～15:00
ところ ネーブルみつけ 研修室2
申込み 必要 2月20日(木)まで
参加費 300円(材料費など)
定員 10名
持ち物 手芸道具
仕掛人 中澤てい子・吉川富美子



みつけを写生しよう

写生を通して故郷みつけを再発見しませんか。あなたのお住いの町内を撮影した風景等を写生します。水彩画又はスケッチでもOKです。

と き 2月11日(火:祝)9:00～12:00
ところ 中央公民館 美術工芸室
申込み 必要 2月4日(火)まで
参加費 100円(保険料など)
定員 12名
持ち物 水彩絵具・画材又はスケッチ用具/飲み物
仕掛人 横田洋司・相澤啓輔



お知らせ



悠々ライフ

新年のつどい



を開催します！

とき 令和7年2月8日(土) 13:00~16:00

ところ 見附市中央公民館 大ホール

申込不要
入場無料
(先着300名)

- 演目
- ・ 歌声喫茶 (13:35~)
 - ・ 美しいフラダンス見附 (14:20~)
 - ・ なおみ あきさん歌謡ショー (15:00~)

全国歌の甲子園 新潟大会優勝
日本大衆音楽祭 文部科学大臣賞受賞

実力派歌手 なおみ あきさん

がやってくる!



ぜひご来場ください♪



※感染症対策のため、マスク着用をお願いいたします。
お車でご来場の方は駐車場スペースに限りがございますので
なるべく乗り合わせてお越しいただきますようお願いいたし
ます。



申込み・問合せ

悠々ライフ事務局 (ネーブルみつけ内 まちづくり課) TEL: 62-7801 FAX: 62-7810