



2026年 9 月号 No.256

中公だより

9月4日発行

休館日
9月24日(木)
夜間は利用可能



公民館で学びの秋はいかがでしょうか。

公民館では、様々なサークルが日々活動しています。

また、学習人材バンク登録講師による自主講座や、生涯学習プランナー実生の会による歴史講座などもあります。ぜひご参加ください！

サークル紹介冊子をご存じですか？

市内で活動されているサークルの一覧を掲載している冊子です。

見附市ホームページや、公民館・ネーブルみつけ・ふぁみりあ等で閲覧用の冊子をご覧ください。

中央公民館では、吟詠・合唱・大正琴・オカリナ・レクダンス・メンズヨガ・フォークダンス・太極拳・日本画・洋画・書道・手芸・茶道・華道・語学・パソコン・伝統行事・クラフト・登山・介護福祉・手話など様々なジャンルのサークルが活動しています。

参加や見学等のご相談は、中央公民館へご連絡ください！



←サークル紹介冊子
(市ホームページ)



子育てママの リフレッシュ 講座



講座の対象は、子育て中のママと乳幼児 (生後6か月～3歳)です

会場にはお子さんを見守るスタッフのいるキッズスペースを設置します！

"Mom's Wish List"

理学療法士が教える 産後セルフケア講座

10/20(火)

10:00～11:30



上記二次元コードよりお申込みください。
(市外在住の方は10/1より受付可能)

理学療法士の観点から子育てによる肩こりや腰痛のセルフケアレッスンのほか、姿勢改善や微生物と身体つながりなど子育て中の生活に取り入れたい習慣をお伝えします！

●会場：中央公民館 和室2

●定員：7組(先着順)

●参加費：500円(当日徴収)

●講師：岡山 せい子さん(理学療法士)

●持ち物：飲み物、タオル、筆記用具、動きやすい服装

【企画・運営】出張キッズスペース ママキャン



★子育てママのリフレッシュ講座の第二弾として、11/19(木) 10:00～11:30にクリスマスにちなんだ小物づくりワークショップを企画中です。詳細については9月下旬に市ホームページまたはネーブルみつけ等公共施設にてチラシ・ポスターをご覧ください。

編集・発行：見附市中央公民館 ☎954-0053 見附市本町2-5-9

☎62-1058 ✉syougaiagakusyuu@city.mitsuke.niigata.jp



10/17
(土)

14:00～15:30

仏祖釈尊や宗祖道元の教えを忠実に守り、「生涯乞食僧として生き抜いた良寛が社会や自己の中に何を見つめていたのか」ということを問いとして具体的な作品を通して学びます。

- 会 場 中央公民館 中ホール
- 定 員 20人(先着順)
- 講 師 松井 淳さん(燕市良寛史料館 前館長)
- 参加費 無料
- ★申込み 中央公民館(電話62-1058)
- 【企画・運営】生涯学習プランナー「実生の会」



みんなで行こうよ！ 今町フェスタ！

9/13
(日)

10:00～15:00 ●会場：今町公民館
今町体育館

ポッチャ体験会、琴サークルとフルートの演奏、文化と芸術の作品展、GATAKENけん玉パフォーマンス、ボードゲームコーナー、抹茶お点前、水鉄砲とお菓子落としゲームなど時間帯によって様々な体験や鑑賞ができます。

【参加者募集】学習人材バンク登録講師による自主講座



季節の寄せ植え教室

学んで作って楽しめる寄せ植え講座です。

10/4(日) ハロウィンの寄せ植え

12/6(日) クリスマスの寄せ植え

10:00～12:00

- 会場：中央公民館 3階 美術工芸室
- 参加費：各回2,400円(講座日徴収)
- 講師：増田 和人さん((公財)新潟県都市緑花センター花と緑のアドバイザー)
- 持ち物：筆記用具、手袋、ハサミ
- 定員：各回25名(先着順)



月に一度の いけばな講座

11/14、12/26、1/30、2/27(いずれも土曜日)

13:30～15:00

花器・剣山は講師が用意します。1回のみの参加も可能です。

- 会場：中央公民館 美術工芸室
- 参加費：1回2,000円、12月のみ2,500円(各回徴収)
- ※2日前よりキャンセル料(1,500～2,000円)必要。
- ※花材を自身で用意されたい場合は申込時にお伝えください。受講料として500円のみ当日徴収します。
- 定員：各回10名(先着順)
- 講師：宮島 真里さん(小原流一級家元教授)
- 持ち物：花切はさみ、台拭き用雑巾、持ち帰り用の袋等

★申込：開催1週間前までに二次元コードまたは中央公民館へ☎62-1058へ(参加費は当日徴収)

編集・発行：見附市中央公民館 ☎954-0053 見附市本町2-5-9

☎62-1058 ✉syougaiyakusuu@city.mitsuke.niigata.jp



相続講座



全回同じ内容です。
お好きな日にお申し込みください。

<中央公民館>

☆9/14(月) 19:00～21:00

☆10/12(月・祝) 10:00～12:00

<今町公民館>

☆11/23(月・祝) 10:00～12:00

●参加費：500円

●講師：福原 孝雄さん(FP技能士1級)

●持ち物：筆記用具



初めての楽しい フラダンス(全4回)



11/18・25、12/2・9

(いずれも水曜日) 13:30～14:30

ハワイの音楽にあわせて楽しく身体を動かしませんか？

- 会場：葛巻地区ふるさとセンター 多目的ホール
- 参加費：全4回で2,000円(初回徴収)
- 定員：各回10名(先着順)
- 講師：片岡 祐華さん(フラダンススタジオラウレア アシスタントインストラクター)
- 持ち物：動きやすい服装