

イベント カレンダー 11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、公式LINEなどで 配信しています。
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



MONOR展 METAL WORLD
11/14(土)～29(日)



見附高等学校芸術科目選択者卒業制作展
11/13(金)～15(日)

休館日のお知らせ	
【ふあみりあ】	11/28(土)
【図書館】	11/10(火)・13(金)・17(火)・24(火)
【ギャラリーみつけ】	11/2(月)・9(月)・16(月)・24(火)・30(月)
【アルカディア】	11/2(月)・16(月)
清掃日のお知らせ	
【ネーブルみつけ】	11/25(水) ※開館は午後5時まで

[分類] ★ (イベント):P1～2 ♡ (健康・福祉):P2 ⓪ (スポーツ):P2～5 😊 (趣味):P5 📖 (学び):P5～6 12月以降のイベント:P6

日付	事業名			日付	事業名		
1 日	【MIKEスポ】	00	トータルフィットネス(連携教室)	10 火	【MIKEスポ】	00	リフレッシュヨガ
2 月		00	リフレッシュ教室		【MIKEスポ】	00	ジュニアスポーツ万能教室
	【MIKEスポ】	00	今町ジュニアスポーツ万能教室		【MIKEスポ】	00	チアリーディング(園児〜小2)
	【MIKEスポ】	00	ボクシングシェイプ		【MIKEスポ】	00	チアリーディング(小3〜)
	♡		今町・交流広場おれんちのお茶の間		【MIKEスポ】	00	チアリーディングレベルアップ
4 水	【ふあみりあ】	00	暮らしの小筆書道講座		【MIKEスポ】	00	楽しい筋トレビクス
	【子育て支援センター】	★	親子うんどうあそびin今町		【ギャラリーみつけ】	★	吉楽一彩展 ぼくがいたい むかしのいきもの
	♡		ネーブルダンス		【ふあみりあ】	♡	長岡中央総合病院出前講座あなたの血圧だいじょうぶ?
	【MIKEスポ】	00	ランニング教室(水)短期教室	13 金	【MIKEスポ】	00	骨盤調整&体力筋力低下予防運動(金)
5 木	【まちの駅講座】	00	簡単にできる苔玉づくり		【ギャラリーみつけ】	★	見附高等学校芸術科目選択者卒業制作展
	【子育て支援センター】	★	造形あそび〜ふれあいアート〜	14 土	【ふあみりあ】	😊	折り紙サロン
	【図書館】	📖	木曜日おはなしのじかん		【今町公民館】	📖	開通間近289号線・八十里越の過去そして未来へ
	【MIKEスポ】	00	幼児うんどうあそび短期教室		【図書館】	📖	第2・4土曜日おはなしのじかん
	【MIKEスポ】	00	HIPHOPダンス(基礎)		【今町公民館】	📖	おはなしの世界
	【MIKEスポ】	00	リズムダンスエクササイズ		【アルカディア】	★	オリジナルミュージカルアツタ外伝 2026
6 金	【まちの駅講座】	📖	信越本線と隣接廃線跡を写真で巡る		【ギャラリーみつけ】	★	MONOR展 METAL WORLD
	【図書館】	📖	おはなしのじかん012	16 月	【相談会】	♡	こころの相談会
	New【MIKEスポ】	00	ゆったりボディケア体操		【子育て支援センター】	★	にこにこベビーin今町
	【MIKEスポ】	00	ランニング教室(金)	18 日	♡		健康体操・タオル体操とレクリエーションゲーム
	【MIKEスポ】	00	はじめてエアロビ(連携教室)	20 金	★		冬のワークショップ講師作品・キット展示販売会
	【ギャラリーみつけ】	★	アートジュエリーWicce アクセサリー教室作品展	21 土	【ギャラリーみつけ】	★	第40回記念金曜会展
7 土	【MIKEスポ】	00	親子うんどうあそび(土)	23 月			勤労感謝の日
	【MIKEスポ】	00	ステップ運動(連携教室)		★		クリスマスリース作り講座
	【MIKEスポ】	00	はじめてのパレトン〜姿勢を整える〜		【アルカディア】	★	アルカディアピアノコンサートわたしの街のピアニスト
9 月	【MIKEスポ】	00	幼児うんどうあそび短期教室		【ギャラリーみつけ】	★	冬のワークショップ お菓子を旅するフランス
10 火	【MIKEスポ】	00	ZUMBA	26 木	【図書館】	📖	読書サロン
	【MIKEスポ】	00	やさしいピラティス	28 土	【ネーブルみつけ】	★	手づくりばっか市
					【ギャラリーみつけ】	★	冬のワークショップ 裂き織
				29 日	【ギャラリーみつけ】	★	冬のワークショップ 飛び出すグリーティングカード

申 事前申込が必要です 🧑 子ども向け

チケット チケットが必要です

12月のイベント			
2 水	【ふあみりあ】 📖 大人の食育お魚料理編 申	3 木	【子育て支援センター】 ★ 親子うんどうあそび
5 土	【子育て支援センター】 ★ おやこひろばパパとあそぼう!!「クリスマス親子コンサート」	5 土	【ギャラリーみつけ】 ★ 冬のワークショップ 型染のバッグ作り 申
6 日	【ギャラリーみつけ】 ★ 冬のワークショップ クリスマスの立体星をつくろう 申	8 火	【ふあみりあ】 😊 北陸ガス料理教室台北中華つくります 申

令和8年10月16日

★ イベント

事業名	とき・ところ	内 容	詳 細
【子育て支援センター】 親子うんどうあそび in今町	11月4日(木) 10:30～11:10頃 今町子育て支援センター	親子で一緒に楽しみながら運動機能の ポイントも教えてもらえます。お子さんと 一緒に身体を動かしてリフレッシュしま しょう。	[申込]不要 [対象]小学校入学前のお子さんと保護者 [講師]長谷川 寛(グリーン体操クラブ代表) [料金]無料
		問 今町子育て支援センター ☎61-5010	
【子育て支援センター】 造形あそび ～ふれあいアート～	11月5日(木) 10:30～11:10頃 学校町子育て支援セン ター(ネーブルみつけ内)	成長の記念のキーホルダーを お子さんと一緒に作りましょう。	[申込]不要 [対象]小学校入学前のお子さんと保護者 [講師]廣川 小百合(絵画指導スペシャリスト) [料金]無料 ※汚れてもよい服でご参加ください
		問 学校町子育て支援センター ☎62-7803	
【ギャラリーみつけ】 アートジュエリー Wicce アクセサリ教室作品展	11/6(金)～11/8(日) 10:00～17:30 11/8は17:00まで ※開場販売時間同じ ギャラリーみつけ 展示室1	長岡市のアクセサリ教室作品展 です。ビーズ、レジンなどのオリジ ナルアクセサリの展示販売をし ます。会期中ワークショップを随時開 催します。	[申込]不要 [料金]無料 [主催]アートジュエリーWicce 開場時間にご注意ください。
		問 アートジュエリーWicce永田 ☎080-5069-1232	
【ギャラリーみつけ】 吉楽一彩展 ぼくがいたい むかしのいきもの	11/10(火)～11/15(日) 10:00～20:00 11/15は17:00まで ギャラリーみつけ 展示室2	見附市在住の小学1年生によ る初個展を開催します。先カン ブリア時代からの古生物を描い た作品を展示します。	[申込]不要 [料金]無料 [主催]k.off.
		問 k.off.☎info@krakoffice.com	
【ギャラリーみつけ】 見附高等学校 芸術科目選択者 卒業制作展	11/13(金)～11/15(日) 10:00～20:00 ギャラリーみつけ 2階フロア	見附高校3年芸術科目選択者 (美術・書道)の卒業制作展を 開催します。	[申込]不要 [料金]無料 [主催]ギャラリーみつけ [共催]新潟県立見附高等学校
		問 ギャラリーみつけ ☎84-7755	
【ギャラリーみつけ】 MONOR展 METAL WORLD	11/14(土)～11/29(日) 10:00～20:00 ギャラリーみつけ 展示室1	新発田市在住造形作家の個展を 開催します。燕三条地域の金属部 品等を材料にしたメタル造形作品 を展示販売します。	[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	
【アルカディア】 オリジナルミュージカル アツタ外伝 2026	11/14(土)①14:00 ②18:30 11/15(日) ③14:00 開場各30分前 アルカディア大ホール	見附市に伝わる民話を元に 描かれた神代のアドベン チャーストーリー。新演出で お贈りします。	[チケット]発売中 [定員]各回700名 [料金]全席自由 一般3,000円 中学生以下1,500円 当日各300円増
		問 文化ホール アルカディア ☎63-5321	
【子育て支援センター】 にこにこベビーin今町	11月18日(水) 14:00～15:00頃 今町子育て支援セン ター	「赤ちゃんのいる家庭に伝え たい! 防災の話」をテーマ にお話を聞いたり、おしゃべ りを楽しみましょう。	[申込]不要 [対象]1歳6ヶ月までのお子さんと保護者 [講師]佐竹直子(被災地復興支援団体「チーム中越」代表) [料金]無料
		問 今町子育て支援センター ☎61-5010	
【ギャラリーみつけ】 冬のワークショップ 講師作品・キット 展示販売会	11/21(土)～12/6(日) 10:00～17:30 ギャラリーみつけ 展示室2	冬のワークショップ講座講師の 作品やクラフトキットの展示販 売を行います。開場時間ご注 意ください。	[申込]不要 [出品講師]浅野光代・刈田恵美子・木原隆明 佐野姫美子・村上智美 [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】 第40回記念 金曜会展	11/21(土)～11/23(月・祝) 10:00～20:00 ※11/23は17:00まで ギャラリーみつけ 2階フロア	見附市内で活動する絵画サー クル「金曜会」の展覧会を開催 します。	[申込]不要 [料金]無料 [主催]金曜会
		問 金曜会 池嶋利喜夫 ☎62-6923	
クリスマスリース作 り講座	11/23(月・祝日) 9:30～11:30、13:30～ 15:30 (同講座を午前午後各1回) ネーブルみつけ 多目的広場	クリスマスを彩る自分だけの リースを楽しみながら作りま しょう。	[申込]必要 10/11(日)～11/11(水)まで [講師]棚村明子 [対象]小学5年生以上ならどなたでも [定員]各12名(先着順) [料金]1,700円 作品は11/24～12/3までネーブルみつけで展示します。
		問 まちづくり課ネーブルみつけ駅長 ☎62-7802	
【ギャラリーみつけ】 冬のワークショップ お菓子和旅するフランス	11/23(月・振) 13:30～15:30 ギャラリーみつけ ぶらっとルーム	フランスに暮らした写真家が、 現地で出会ったお菓子を美し い写真とともに紹介するお茶会 です。(お菓子とお茶付)	[申込]必要(ギャラリーに来館か電話) [講師]浅野光代(フォトグラファー) [対象]高校生以上 [定員]12名(先着順) [料金]1,500円 [主催]ギャラリーみつけ
		問 ギャラリーみつけ ☎84-7755	

★ イベント

事業名	とき/ところ	内 容	詳 細
【アルカディア】 アルカディア ピアノコンサート わたしの街のピアニスト	11/23(月祝) 14:00(開場13:30～)	アマチュアピアニストの祭典 ゲストピアニストの三船優子 の演奏もあります。	[チケット]発売中 [定員] 700名 [料金]全席自由 500円
		問 文化ホール アルカディア ☎63-5321	
【ネーブルみつけ】 手づくりばっか市	11/28(土)・29(日) 9:00～15:00 ネーブルみつけ 多目的広場・交流サロン ほか	ネーブルみつけにハンドメイド作家が集結！雑貨や陶器、おもちゃなど大人から子どもまで楽しめます。	[申込]不要 [料金]入場無料
		問 まちづくり課市民活動係 ☎62-7801	
【ギャラリーみつけ】 冬のワークショップ 裂き織	11/28(土) 13:30～15:30 ギャラリーみつけ ぶらっとルーム	古布などを裂いて作った糸を使い、味わいのある「裂き織」の額絵を作ります。	[申込]必要(ギャラリーに来館か電話) [講師]刈田恵美子(染織作家) [対象]小学4年生以上 [定員]8名(先着順) [料金]1,000円 [持物]汚れても良い服装での参加[主催]ギャラリーみつけ
		申 問 ギャラリーみつけ ☎84-7755	
【ギャラリーみつけ】 冬のワークショップ 飛び出す グリーティングカード	11/29(日) 13:30～15:30 ギャラリーみつけ ぶらっとルーム	1枚の紙を切る・折る・貼ることで、立体的に立ち上がる不思議なカードを作ります。	[申込]必要(ギャラリーに来館か電話) [講師]木原隆明(折り紙建築家) [対象]小学4年生以上 [定員]10名(先着順) [料金]1,500円 [持物]汚れても良い服装での参加[主催]ギャラリーみつけ
		申 問 ギャラリーみつけ ☎84-7755	

♥ 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	11/2・9・10・16・17・24・30 (毎週月・火曜日) 10:00～11:30 今町子育て支援センター内 「いままち悠々」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 藤田 ☎66-2249	
ネーブルダンス	11/4・11・18・25 (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 栗林 ☎090-5311-0081	
【ふぁみりあ】 長岡中央総合病院 出前講座 あなたの血圧 だいじょうぶ？	11/13(金) 13:30～15:00 ふぁみりあ ホール	国民病と呼ばれるほど身近な病気、高血圧。今回血圧に関連する話題の解説を長岡中央総合病院の先生に聞きます。	[申込]必要[定員]30名(先着順)[講師]長岡中央総合病院検査科部長 中野正明[料金]無料 [持ち物]筆記用具[主催]勤労者家庭支援施設ふぁみりあ、長岡中央総合病院
		申 問 ふぁみりあ ☎62-1915	
【相談会】 こころの相談会	11/16(月) 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、家族や仕事の悩みについて臨床心理士が相談に乗ります。	[申込]必要11/11(水)ㄨ[料金]無料 [相談時間]13:30～、14:30～、15:30～(1組50分)
		問 健康福祉課予防医療係 ☎61-1370	
健康体操・タオル体操と レクリエーションゲーム	11/20(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	

⓪ スポーツ

事業名	とき/ところ	内 容	詳 細
【MIKEスポ】 トータルフィットネス (連携教室)	11/1・8・15・22・29 (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)年間開催	[申込]必要。総合体育館内事務局まで [対象]大人(中学生～) [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	

スポーツ

事業名	とき/ところ	内 容	詳 細
【MIKEスポ】 今町ジュニアスポー ツ万能教室	11/2・9・16・30 (いずれも月曜日) 18:00～19:00 今町地区体育館	運動の基本「上手な体の使い方」の習得。多様な運動経験で運動能力向上！運動の得意不得意は問いません。	[申込]必要。総合体育館内事務局まで [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			
【MIKEスポ】 ボクシングシェイプ	11/2・9・16・30 (いずれも月曜日) 19:30～20:30 市民武道館 剣道場	【脂肪燃焼エクササイズ】 有酸素運動×筋トレを同時に行うプログラム！自分の体力と相談しながら力加減を調整できます！	[申込]必要。総合体育館内事務局まで [対象]大人(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			
リフレッシュ教室	11/2・9・16・30 (いずれも月曜日) 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(市内在住・在勤の方) [料金]2,850円(65歳以上は2,200円)(保険料等・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			
【MIKEスポ】 ランニング教室 (水) 短期教室	11/4・11・18・25 (いずれも水曜日) 18:30～19:30 運動公園/総合体育館	走り方の基礎から走力アップのコツを伝授します。長距離が速くなりたい方へおススメ！/9/30～11/25まで全9回 途中参加可	[申込]必要。総合体育館内事務局まで [対象]小学生 [定員]20名 [料金]6,300円/9回 (別途、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			
【MIKEスポ】 幼児うんどうあそび 短期教室	11/5・19 (いずれも木曜日) 16:50～17:40 武道館剣道場	楽しいうんどうあそびを通じて、運動を得意になろう！跳び箱や鉄棒もがんばります 10/1～12/10 全6回	[申込]必要。総合体育館内事務局まで [対象]概ね3～6歳児(保護者同伴可) [定員]15名 [料金]5000円/6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			
【MIKEスポ】 HIPHOPダンス(基礎)	11/5・12・19・26 (いずれも木曜日) 18:00～19:00 中央公民館分館	基本的なステップから踊る楽しさを教えます！リズム感と協調性を高めます。イベント出演あり。年間開催	[申込]必要。総合体育館内事務局まで [対象]年長～小学生 [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			
【MIKEスポ】 リズムダンス エクササイズ	11/5・12・19・26 (いずれも水曜日) 20:20～21:20 中央公民館分館	リズムに合わせて楽しくできるエクササイズ！ダンス未経験でも不安なく参加できます！	[申込]必要。総合体育館内事務局まで [対象]小学生 [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			
New【MIKEスポ】 ゆったりボディケア 体操	11/6・13・20・27 (いずれも金曜日) 10:15～11:15 市民武道館 柔道場	身体の様々な部分をほぐし、色々な動きを通し日々の生活向上！血流がよくなり疲れを癒し身体の動き改善！年間開催	[申込]必要。総合体育館内事務局まで [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			
【MIKEスポ】 ランニング教室 (金)	11/6・13・20・27 (いずれも金曜日) 18:30～19:30 運動公園/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。年間開催	[申込]必要。総合体育館内事務局まで [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			
【MIKEスポ】 はじめてエアロビ (連携教室)	11/6・13・27 (いずれも金曜日) 19:30～20:30 中央公民館大ホール	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。(連携教室内どこに参加してもOK)年間開催	[申込]必要。総合体育館内事務局まで [対象]大人(中学生～) [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			

スポーツ

事業名	とき/ところ	内 容	詳 細
【MIKEスポ】 親子うんどうあそび (土)	11/7・14・28 (いずれも土曜日) 9:15～10:15 市民武道館 柔道場	子どもと親(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。年間開催	[申込]必要。総合体育館内事務局まで [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			

スポーツ

事業名	とき/ところ	内 容	詳 細
【MIKEスポ】 ステップ運動 (連携教室)	11/7・14・28 (いずれも土曜日) 13:00～14:00 市民武道館 剣道場	ステップ台を使い音楽のリズムに合わせて無理なく昇降運動。下肢強化、シェイプアップ、転倒予防。(連携教室内どこに参加してもOK)年間開催	[申込]必要。総合体育館内事務局まで [対象]大人(中学生～) [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			
【MIKEスポ】 はじめてのパレオン ～姿勢を整える～ (連携教室)	11/7・14・21・28 (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・パレエ・ヨガ】 スリキリ体型を目指す素足で行うエクササイズ！姿勢改善、ダイエット効果期待(連携教室内どこに参加してもOK)	[申込]必要。総合体育館内事務局まで [対象]大人(中学生～) [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			
【MIKEスポ】 幼児うんどうあそび 短期教室	11/9・30 (いずれも月曜日) 16:40～17:30 武道館剣道場	幼児期に必要な運動の要素を取り入れ、楽しみながら元気に身体を動かします 10/19～12/21 全6回	[申込]必要。総合体育館内事務局まで [対象]概ね3～6歳児(保護者同伴可) [定員]15名 [料金]5,000円/6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			
【MIKEスポ】 ZUMBA	11/10・17・24 (いずれも火曜日) 10:15～11:15 市民武道館 剣道場	ラテン・ポップスなどに合わせて楽しく踊るフィットネス。シニア世代にお勧め！年間開催	[申込]必要。総合体育館内事務局まで [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			
【MIKEスポ】 やさしいピラティス	11/10・17・24 (いずれも火曜日) 10:15～11:15 ネーブルみつけ研修室 1・多目的広場	痛みや不調の原因である筋肉の凝りやハリを取り除きます。動きやすい体づくりを目指します！年間開催	[申込]必要。総合体育館内事務局まで [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			
【MIKEスポ】 リフレッシュヨガ	11/10・17・24 (いずれも火曜日) 13:30～14:30 市民武道館 剣道場	自分の内側に意識を向けながら心身を整えます。心も体もリフレッシュ！体をほぐしリラックス・心を整えます。年間開催	[申込]必要。総合体育館内事務局まで [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			
【MIKEスポ】 チャリーディング (園児～小2)	11/10・17・24 (いずれも火曜日) 17:00～17:50 葛巻ふるさとセンター	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。イベントに出演し元気と笑顔をお届けします！年間開催	[申込]必要。総合体育館内事務局まで [対象]園児～小2 [定員]20名 [料金]2,400円/月 (別途、割引年会費保険料)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			
【MIKEスポ】 チャリーディング (小3～)	11/10・17・24 (いずれも火曜日) 17:00～17:50 葛巻ふるさとセンター	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。イベントに出演し元気と笑顔をお届けします！年間開催	[申込]必要。総合体育館内事務局まで [対象]小3～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			
【MIKEスポ】 チャリーディング レベルアップ	11/10・17・24 (いずれも火曜日) 18:00～19:00 葛巻ふるさとセンター	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・タンブリングをやってみよう！柔軟性をより高めます。年間開催	[申込]必要。総合体育館内事務局まで [対象]小3～中学生 [定員]20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			
【MIKEスポ】 ジュニアスポーツ 万能教室	11/10・17・24 (いずれも火曜日) 18:00～19:00 総合体育館	運動の基本「上手な体の使い方」の習得。多様な運動経験で運動能力向上！運動の得意不得意は問いません。	[申込]必要。総合体育館内事務局まで [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			
【MIKEスポ】 楽しい筋トレビクス	11/10・17・24 (いずれも火曜日) 19:30～20:30 葛巻ふるさとセンター	エアロビクスダンスの中に全身の筋トレを組み込み有酸素運動+筋トレを60分の中に入れ効果的なエクササイズ！年間開催	[申込]必要。総合体育館内事務局まで [対象]大人(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			

スポーツ

事業名	とき/ところ	内 容	詳 細
【MIKEスポ】 骨盤調整&体力筋 力低下予防運動 (金)	11/13・20・27 (いずれも金曜日) 14:00～15:00 ネーブルみつけ研修室1/ 武道館柔道場	骨盤周辺の関節、筋肉をほぐし骨盤を正しい位置に戻し改善。肩こり、腰痛、股関節痛、膝痛予防、姿勢改善にも。年間開催	[申込]必要。総合体育館内事務局まで [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	

趣味

事業名	とき/ところ	内 容	詳 細
【まちの駅講座】 簡単にできる 苔玉づくり	11/5(木) 13:30～14:30 ふぁみりあ 講習室2・3	苔玉づくりにチャレンジします。まあい形の苔玉が手軽に出来ますよ。みずみずしい苔は眺めているだけで癒されます。	[申込]必要 [講師]小杉俊秋 [定員]20名 [料金]1個700円 (2個作る場合は1,400円) [持物]エプロン/ビニール手袋/持ち帰り用の袋 [主催]ほっと一息 花みどりの里(有)野辺園 [協力]まちの駅ネットワークみつけ、NPO法人生き生き企画
申 問		ふぁみりあ ☎62-1915	
【ふぁみりあ】 折り紙サロン	11/14(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。指先の訓練や頭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/ボンド/ハサミ/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	

学 び

事業名	とき/ところ	内 容	詳 細
【ふぁみりあ】 くらしの 小筆書道講座	11/4・11、 12/2・9・16(水) 13:30～15:00 ふぁみりあ	名前の練習、「志」「お明志」をつつんで書く、表書きの書き方など、くらしに役立つ実践的な内容を学びます。	[申込]必要 [講師]高橋博章 [料金]3,000円(全5回) ※初回時に合わせて教材費500円を集合します [定員]10名 [持物]小筆(毛筆タイプの筆ペン可)、すずり、文鎮、墨、敷物※紙はこちらで用意します
申 問		ふぁみりあ ☎62-1915	
【図書館】 木曜日 おはなしのじかん	11/5・12・19・26 (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	11/6(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	
【まちの駅講座】 信越本線と隣接廃 線跡を写真で巡る	11/6(金) 13:30～15:00 ふぁみりあ 講習室2・3	信越本線を写真でたどりながら、現在も使われている駅の風景と廃線跡を対比し、鉄道が地域に残した時間の流れを学びます。	[申込]必要 [講師]海津英夫(鉄道写真集ライター) [定員]20名 [料金]無料 [主催]学びの駅ふぁみりあ [協力]まちの駅ネットワークみつけ
申 問		ふぁみりあ ☎62-1915	
【今町公民館】 開通間近289号線・ 八十里越の過去そ して未来へ	11/14(土) 10:00～11:30 今町公民館 大集会室	三条市と福島県只見町を結ぶ八十里越を守りその歴史や魅力を伝える活動に取り組む団体「八十里倶楽部」の大竹晴義さんが講演します	[申込]必要 ☎または申込フォームで→ [講師]大竹晴義(八十里倶楽部代表) [定員]50名(先着順) [参加費]無料 ※駐車場に限りがあります。
問		今町公民館 ☎66-2313	
【今町公民館】 おはなしの世界	11/14(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。11月は☆ゲームにチャレンジ! ☆です。みんなきてね。おうちの方もどうぞ。	[申込]不要 [対象]子ども・おうちの方 [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	11/14・28 (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	



学 び

事業名	とき/ところ	内 容	詳 細
【図書館】 読書サロン	11/26(木) 19:00～20:00 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	

12月以降のイベント

事業名	とき/ところ	内 容	詳 細
【子育て支援センター】 親子うんどうあそび	12月3日(木) 10:45～11:20頃 学校町子育て支援センター(ネーブルみつけ内)	親子で一緒に楽しみながら運動機能のポイントも教えてもらえます。お子さんと一緒に身体を動かしてリフレッシュしましょう。	[申込]不要 [対象]小学校入学前のお子さんと保護者 [講師]長谷川 寛(グリーン体操クラブ代表) [料金]無料
		問 学校町子育て支援センター ☎62-7803	
【子育て支援センター】 おやこひろば パパとあそぼう!! 「クリスマス 親子コンサート」	12月5日(土) 10:30～11:10頃 学校町子育て支援センター(ネーブルみつけ内)	うたのおねえさん「ねねおねえさん」と一緒に、親子でクリスマスの歌や手遊びを楽しみましょう。	[申込]不要 [対象]小学校入学前のお子さんと保護者 [講師]花原寧音(ソプラノ歌手) [料金]無料
		問 学校町子育て支援センター ☎62-7803	
【ギャラリーみつけ】 冬のワークショップ 型染のバッグ作り	12/5(土) 13:30～15:30 ギャラリーみつけ ぶらっとルーム	講師が用意した型紙からお好みのデザインを選び、オリジナルのバッグ作りを楽しめます。	[申込]必要(ギャラリーに来館が電話) [講師]佐野姫美子(友禅染教室主宰) [対象]小学4年生以上 [定員]10名(先着順) [料金]1,800円 [持物]汚れても良い服装 [主催]ギャラリーみつけ
		申 問 ギャラリーみつけ ☎84-7755	
【ギャラリーみつけ】 冬のワークショップ クリスマスの立体星 をつくろう	12/6(日) 14:00～16:00 ギャラリーみつけ ぶらっとルーム	オーナメントにもなる立体的な折り紙作品を作ります。子どもは五芒星、大人は難易度の高いベツレヘムの星を作ります。	[申込]必要(ギャラリーに来館が電話) [講師]村上智美(センス・オブ・ワンダー-こどもアートきょうしつ主宰) [対象]小学1年生以上 [定員]10名(先着順) [料金]1,800円 [持物]汚れても良い服装での参加 [主催]ギャラリーみつけ
		申 問 ギャラリーみつけ ☎84-7755	

12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】 北陸ガス料理教室 台北中華 作りませんか	12/8(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 [献立]肉まん和小豆まん、だいこんと鶏手羽中のスープ	[申込]必要11/17(火) ☎ [講師]古川素子(管理栄養士)[定員]12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]2,000円 [持物]マスク/エプロン/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	
【ふぁみりあ】 大人の食育 お魚料理編	12/2(水) 10:00～12:30 ふぁみりあ 調理室等	[献立]麦ご飯、ぶりの冬野菜ロール、れんこんと春菊のごま和え、きのこの豆乳スープ、みかんと甘酒のふるふる寒天	[申込]必要11/20(金)締切 [講師]ますがたみき(管理栄養士)[定員]12名(先着順) [料金]1,500円 ※締切後のキャンセルは料金が必要 [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/飲み物 [共催]健康福祉課
		申 問 ふぁみりあ ☎62-1915	
【アルカディア】 芸能祭2027 参加者募集	3/21(日) 14:00(開場13:30～)(予定) アルカディア 大ホール	歌やダンス、舞踊、民謡、伝統芸能などの活動に励まれている市民活動団体や個人の皆さんを募集します。	[募集内容]①個人(歌、マジックなど)5名程度 参加費 5,000円 ②団体(ダンス、民謡、舞踊、伝統芸能など)10組程度(参加費10,000円) ※申込多数の場合は抽選 [募集期間]11/6(金)～12/11(金)必着 [申込方法]出演申込書に必要事項を記入の上、110円切手を貼った封筒(宛先記入)を見附市文化ホール宛に郵送、または窓口へ持参してください。
		申 問 文化ホール アルカディア ☎63-5321	

見附高等学校 芸術科目選択者卒業制作展



会期：2025(令和8)年11月13日(金)～11月15日(日)

開館時間：10:00～20:00 (入館受付19:30まで)

休館日：会期中はなし 入場無料

会場：みつけ市民ギャラリー(ギャラリーみつけ)2階フロア

主催：みつけ市民ギャラリー(ギャラリーみつけ)

共催：新潟県立見附高等学校

〒954-0059

新潟県見附市昭和町2-4-1

tel 0258-84-7755 fax 0258-84-7735

<https://www.gallery-mitsuke.com/>

ギャラリー みつけ

みつけ市民ギャラリー



北陸自動車道「中之島・見附IC」から車で5分。 駐車場完備

JR見附駅から見附市コミュニティバスで「市役所前」下車 徒歩1分。

(乗車料100円)

会期中、このチラシをご提示いただくと、ギャラリー喫茶のドリンク・アイスのいずれかおひとつ50円引きとなります。(2名様まで)