



講座・教室

第3期めだか水泳教室

パワーリハビリテーションに参加しませんか？

▼内容：高齢者の健康づくり・介護予防を目的とした、トレーニング機器を使った運動教室です。どなたでも安全、簡単に始めることができる運動を行います。

▼ところ：アクアパーク・特別養護老人ホームくじらなみ

▼とき：週2回、計10回（会場が異なります。）

▼対象：65歳以上で、要支援・要介護認定を受けていない方（基本チェックリストにより事業対象者になった方を除く）、移動や生活上の動作が自立されている方、運動制限を受けていない方

▼料金：10回10200円

▼申し込み：地域包括支援センターまたは市役所2階介護高齢課へ。随時受け付けています。

※10回修了した方を対象に、トレーニング機器の一般開放を行っています（会場により利用できる曜日、時間が異なります）。

介護高齢講座  
 ☎43・9125  
 FAX21・4700

▼対象：正しいクロールで25メートルを泳げない小学生

▼定員：各組40人（先着）

▼受講料：5090円

▼プール利用料（1回）

●アクアパーク1220円

●スポーツハウス1600円

▼申し込み：12月16日（月）の午前9時以降、申込書に受講料を添えて直接、アクアパークへ。

※申し込みは参加者一人につき一組のみです。

※申込書は12月9日（月）以降アクアパーク、スポーツハウスで配布します。

※申し込みは12月9日（月）以降アクアパーク、スポーツハウスで配布します。

組（曜日）	期間（全10回） ※全て令和2(2020)年。	時間	会場
月	1/6～3/23	16:30～17:30	A
火	1/7～3/17	16:30～17:30	S
金	1/10～3/13	17:00～18:00	A
土・午前	1/11～3/14	11:00～12:00	S
土・午後	1/11～3/14	13:00～14:00	S
日	1/12～3/22	9:45～10:45	S

会場 A=アクアパーク S=スポーツハウス

☎22・5555  
 FAX22・0766

ワークプラザ柏崎 各種教室

☎FAX24・8578

▼申し込み：12月11日（水）の午前9時以降、直接または電話で、ワークプラザ柏崎へ（先着）。

※★印の教室は申し込み不要で、当日参加できます。

▼注意

●申し込みが少ない場合は中止することがあります

●別途教材費などがかかる場合があります

●祝日は休みになることがあります

●キッズヒップホップダンス、チアダンス、ジュニアダンスはきょうだい割りがあります

講座名（回数）	期間	曜	時間	受講料（円）
ピラティス（全10回）	1/6～3/30	月	10:30～11:30	5,000
キッズヒップホップダンス 3歳以上（月4回）	1/6～3/23	月	16:30～17:25	3,800/月
キッズヒップホップダンス 9歳以上（月4回）	1/6～3/23	月	17:25～18:20	3,800/月
キッズヒップホップダンス 13歳以上（月4回）	1/6～3/23	月	18:20～19:15	3,800/月
太極拳（全10回）	1/6～3/23	月	18:00～19:00	5,000
パッチワーク（月2回）	1/14～3/24	火	10:00～12:00	1,500/回
ヨガ（全10回）	1/7～3/31	火	10:30～11:45	5,000
初歩のヨガ（全10回）	1/7～3/31	火	14:00～15:15	5,000
書道（全9回）	1/14～3/31	火	13:00～17:00 うち2時間程度	6,300
3B体操（月3回）	1/8～3/18	水	10:30～12:00	2,000/月
0歳からの親子わくわく音楽広場	1/16	木	10:30～11:15	無料
0歳からの親子わくわく音楽広場	2/12	水	10:30～11:15	無料
骨盤呼吸体操（全10回）	1/9～3/26	木	10:30～11:30	5,000
バレエ3歳以上（月4回）	1/9～3/26	木	16:30～17:30	6,000/月
バレエ8歳以上（月4回）	1/9～3/26	木	17:20～18:30	6,000/月
茶道（月4回）	1/9～3/26	木	19:00～21:00	4,000/月
チアダンス小学生（月2回）	1/17～3/20	金	17:30～18:30	3,000/月
ジュニアダンス小学生（月3回）	1/18～3/28	土	14:00～15:30	3,000/月
トランポリン 小学生～中学生	1/19～3/29	日	13:20～14:30	1,000/回
★やさしいフィットネス	1/6～3/30	月	9:45～10:45	500/回
★やさしいフィットネス	1/9～3/26	木	10:00～11:15	500/回
★ZUMBA®	1/6～3/30	月	11:00～12:00	500/回
★ゆっくり踏み台体操	1/7～3/31	火	10:00～11:15	500/回
★のびのび体操	1/10～3/27	金	10:00～11:30	500/回
★いきいき太極拳	1/10～3/27	金	13:30～15:00	500/回

制度・くらし

募集

市民かわら版

子育て

健康

講座・教室

イベント

# アクアパーク・スポーツハウス教室

〒22-5555 アクアパーク ☎22-5555 FAX22-0766

## 水泳・水中歩行・アクアビクス・体操教室（全10回）

▶申し込み…12/13(金)の9:00以降、受講料を添えて直接、アクアパーク・総合体育館へ（先着）。  
 ※電話・ファクスでの申し込みはできません。※受講料の他に、毎回施設利用料（期間券あり）が必要です。

曜日・教室名・対象		期間	時間	受講料(円)	会場
水中歩行・アクアビクス	水中歩行月曜コース（成人）	1/ 6～3/23	13:00～14:00	3,560	A
	水中歩行水曜コース（成人）	1/ 8～3/18	13:00～14:00	3,560	A
	水中歩行金曜コース（成人）	1/10～3/13	13:00～14:00	3,560	A
	アクアビクス水曜コース①（成人）	1/ 8～3/18	10:00～11:00	3,560	A
	アクアビクス水曜コース②（成人）	1/ 8～3/18	11:00～12:00	3,560	A
	アクアビクス木曜コース（中学生以上）	1/ 9～3/19	19:00～20:00	3,560	A
一般水泳	アクアビクス金曜コース（成人）	1/10～3/13	10:00～11:00	3,560	A
	月曜午前コース（成人）（全9回）	1/20～3/23	10:30～12:00	3,660	S
	月曜ナイトコース（中学生以上）	1/ 6～3/23	19:00～20:00	3,560	A
	水曜初級コース（中学生以上）	1/ 8～3/18	19:00～20:00	3,560	A
	金曜デイコース（成人）	1/10～3/13	10:30～12:00	4,070	S
	金曜ナイトコース①（中学生以上）	1/10～3/13	18:00～19:00	3,560	A
	金曜ナイトコース②（中学生以上）	1/10～3/13	19:00～20:00	3,560	A
	木曜エンジョイナイトコース（中学生以上）	1/ 9～3/19	18:00～19:00	3,560	A
	木曜ニコニコ水泳コース初中級（50歳以上）	1/ 9～3/19	10:30～12:00	4,070	S
	木曜ニコニコ水泳コース上級（50歳以上）	1/ 9～3/12	10:30～12:00	4,070	A
体操教室	土曜親子水泳教室（年少～年長児の親子）（全9回）	1/11～3/14	11:00～12:00	3,660	A
	月曜リズム体操教室（ソフトエアロ）（成人）	1/ 6～3/23	10:00～11:30	3,560	S
	火曜いきいき健康体操教室（成人）	1/ 7～3/17	10:00～11:30	3,560	S
	金曜女性健康体操教室（成人女性）	1/10～3/13	10:00～11:30	3,560	S

水泳・水中歩行・アクアビクス・体操教室は、1人1回体験できます。希望する方は、2日前までにアクアパークへ（予約制、先着順）。施設利用料の他に、受講料200円が必要です。



## フリーに参加できる1回コース ※祝日は休み。申し込み不要。

曜日・教室名・対象	期間	時間	受講料(円)	会場
水中お散歩午前コース（木）	1/9～3/12	10:30～11:30	1回350	A
水中お散歩午後コース（月・水・金）	1/8～3/25	14:30～15:30	1回350	A
水中お散歩ナイトコース（水・金）	1/8～3/25	19:00～20:00	1回350	A



## ジュニア水泳教室（全10回）

▶対象…小学生 ※チャレンジコースのみ中学生も参加可。  
 ▶内容・申し込み…詳細は、ホームページをご覧ください。



## アイススケート教室

▶申し込み…12/16(月)の9:00～令和2(2020)年1/3(金)に、受講料を添えて直接、アクアパークへ。

▶定員…各20人（先着） ▶注意…●複数のコースへの申し込みも可 ●電話での申し込みは不可

●申し込みが少ない場合は中止することがあります ●受講料の他に、毎回アイスリンク利用料（一般840円、小・中学生420円）と貸靴料（1回1足320円）が必要です ●都合により日程が変更になる場合があります



教室名・対象	期間(回数)	曜	時間	受講料(円)
キンダーコース 年中・年長児	1/ 6～2/17 (6回)	月	16:45～17:30	2,450
	1/ 8～2/19 (6回)	水	16:45～17:30	2,450
	1/10～2/21 (7回)	金	16:45～17:30	2,850
ジュニアコース 小学生(初心者・初級者)	1/ 6～2/17 (6回)	月	17:45～18:30	2,150
	1/ 8～2/19 (6回)	水	17:45～18:30	2,150
テクニカルコース 小学生(一人で滑って完全に止まれ、バックで滑れる)	1/10～2/21 (7回)	金	17:45～18:30	2,850
一般コース 中学生～一般(初心者・初級者)	1/ 8～2/19 (6回)	水	19:00～19:45	1,550
フィギュアコース 認定試験合格者のみ 希望者は事前にアクアパークへお問い合わせください	日程はアクアパークへお問い合わせください(月3回)	日	9:00～9:45	6,600

## 総合体育館教室

総合体育館 ☎21・3751 FAX21・3753

- ▶**申し込み**…12月11日(水)の午前9時以降、受講料を添えて直接、総合体育館・アクアパークへ(先着)。  
 ※対象の記載がないものは15歳以上(中学生を除く)。 ※記載のないものは全10回です。  
 ※電話・ファクスでの申し込みはできません。代理申し込みは、2人分(1人につき1教室)まで受け付けます。  
 ※受講料の他に、毎回施設利用料(期間券・回数券あり)が必要です。

教室名・対象		期間	曜	時間	受講料(円)
フィットネス教室 毎週の部	ゆるやかエクササイズ(中・高齢者)	1/20~3/30	月	9:50~10:50	3,000
	かんたんステップ(初級)	1/20~3/30	月	11:00~12:00	3,000
	エンジョイエアロ(初級)	1/7~3/31	火	9:50~10:50	2,700(全9回)
	骨盤呼吸体操	1/7~3/31	火	10:30~11:30	2,700(全9回)
	全身スッキリ☆動ける身体づくり	1/7~3/31	火	11:00~12:00	2,700(全9回)
	ゆっくりエアロ	1/7~3/31	火	13:30~14:30	2,700(全9回)
	ヨガ(午前)	1/8~3/18	水	9:50~10:50	3,000
	ZUMBA®(ズンバ)	1/8~3/18	水	11:00~12:00	3,000
	体幹(コア)運動	1/15~3/18	水	13:30~14:30	3,000
	スローステップ運動(初級)	1/16~3/19	木	9:50~10:50	3,000
	体幹(コア)運動	1/16~3/19	木	11:00~12:00	3,000
	朝ヨガ	1/17~3/27	金	9:10~10:10	3,000
	そふとエアロ(45歳以上)	1/17~3/27	金	10:20~11:20	3,000
	姿勢改善ピラティス	1/10~3/27	金	10:00~11:00	3,000
バレトン	1/17~3/27	金	13:30~14:30	3,000	
太極拳	太極拳(午後)	1/9~3/12	木	13:30~15:00	3,000
	太極拳(夜)	1/16~3/19	木	19:30~21:00	3,000
ダンス	ジュニアダンス(小学生)	1/10~3/27	金	18:30~19:30	3,000
	ジュニアストリートダンス(小学4年~中学生)	1/10~3/27	金	19:45~20:45	3,000
定期教室	バドミントン昼初級(初心者・中級者不可)	1/8~3/18	水	13:30~15:30	4,000
	バドミントン昼中級(経験者)	1/9~3/12	木	10:00~12:00	4,000
	バドミントン夜(初心者・初級・中級)	1/8~3/18	水	19:30~21:30	4,000
	卓球(定員20人)	1/8~3/25	水	10:00~12:00	4,500
	ラージボール卓球(定員20人)	1/6~3/30	月	10:00~12:00	4,500
	ラージボール卓球(定員20人)	1/10~3/27	金	10:00~12:00	4,500
	バレーボール	1/7~3/31	火	10:00~12:00	3,000
シニアスポーツ(中・高齢者)	1/10~3/13	金	10:00~11:30	3,000	

フィットネス教室  
夜の部(全10回)や  
ワンデイレッスン  
(フリーで参加できる  
1回コース)もあり  
ます。詳しくは、  
ホームページをご覧  
ください。



(公財) 柏崎地域国際化協会の講座 ☎(公財) 柏崎地域国際化協会 (〒945-0051 東本町1-3-24) FAX32・1477 ✉kaia2006@kisnet.or.jp

### おもてなし外国語講座(全8回)

講座名	期間	曜	時間	対象・内容
はじめての英会話・発音編	1/16~3/5	木	10:00~11:30	英語は学習したことがあるが、英会話は初心者の方対象。昼は発音中心、夜は会話中心のクラスです。日本語ができる方が講師です。
はじめての英会話・会話編	1/14~3/10	火	19:00~20:30	
おもてなし英会話・昼	1/16~3/5	木	10:00~11:30	日常会話ができる方対象。
おもてなし英会話・夜	1/16~3/5	木	19:00~20:30	おもてなしフレーズを使って会話の練習をします。
おもてなし中国語	1/21~3/17	火	19:00~20:30	基本文法、発音を理解されている方対象。
おもてなし韓国語	1/16~3/5	木	19:00~20:30	基本文法、発音を理解されている方、ハングルを読む方対象。

▶**ところ**…市民プラザ ▶**対象**…柏崎地域に在住・在勤・在学する高校生以上 ▶**定員**…各講座15人(抽選)

▶**受講料**…●協会会員=6,400円 ●会員以外=8,000円 ※当日お支払いください。

※別途教材費が2,000~3,000円程度かかる講座があります。会員になると、会員料金で受講できます。

入会ご希望の方は、講座初日に年会費1口1,000円以上(令和2(2020)年3月まで有効)をお支払いください。

▶**申し込み**…12/20(金)までに、直接または往復はがき・ファクス・Eメール(希望講座名・住所・氏名・電話番号・学生の場合は学年を記入)で、(公財)柏崎地域国際化協会へ。 ※直接申し込む場合は、官製はがきを持参。

### 外国人市民のための初級日本語教室「たのしい日本語」

▶**とき**…1/10(金)~3/13(金)の毎週金曜14:00~15:30(夜のクラスは冬期間休講) ▶**ところ**…市民プラザ

▶**受講料**…3,000円 ※途中受講可。 ※学割などの割引制度もあります。詳細はお問い合わせください。

▶**申し込み**…月~金曜の9:00~17:00に直接、(公財)柏崎地域国際化協会へ。 ※都合により、休講になることがあります。

# 令和2(2020)年1~3月 市民プラザの講座

▼申し込み：各申込期限までに、直接または、はがき・ファクス・Eメール（講座名・郵便番号・住所・氏名・ふりがな・年齢・性別・電話番号を記入）で、文化・生涯学習課（〒945-0051 東本町1-3-24市民プラザ内）へ。ホームページからも申し込み可。

## ▼注意

●電話での申し込みは不可  
●締め切り後、受講可否を郵送でお知らせします

●定員を超える場合は抽選。定員に満たない場合は、締め切り後も先着で申し込みを受け付けます。申し込みが少ない場合は中止することがあります  
●Eメールまたはホームページから申し込み後、1週間以内に返信がない場合は電話でお問い合わせください

●受講料は材料費、テキスト代込み  
▼託児サービス（無料）：未就学児対象。希望者は、申込時にお子さんの氏名・年齢（何歳何カ月）・性別をお知らせください。

文化・生涯学習課

☎ 20・7500 FAX 22・2637

✉ s-plaza@city.kashiwazaki.lg.jp



市HP  
生涯学習関連  
の講座・教室

## ①エイジレスコース 申込期限：12/17(火)

講座名(内容)	回数	とき	定員(人)	受講料(円)
<b>私の器を作る</b> (オリジナル食器を作る陶芸講座)	3	1/17(金)・24(金)、2/14(金)の 19:00～21:00	15	3,600
<b>アロマオイルでハンドクリーム作り</b> (お好みのアロマでハンドクリームを作る)	1	1/18(土)の13:30～15:30	15	1,800
<b>楽しく体幹エクササイズ</b> ※女性限定。 (体幹中心の運動で整った体を目指す)	5	1/20(月)・27(月)、2/3(月)・10(月)・ 17(月)の19:00～20:30	15	2,500
<b>ヘルシー蒸し料理</b> (油を控えたヘルシーな蒸し料理を作る)	1	1/22(水)の18:30～21:00	24	1,000
<b>スッキリ書類整理</b> (生活や仕事の書類整理のコツを学ぶ)	1	1/23(木)の19:00～20:30	20	500
<b>家庭菜膳でデトックス</b> (身近な食材で体を温めるメニューを作る)	1	2/4(火)の18:30～21:00	24	1,000
<b>ラベンダーハーブムーンスワッグ作り</b> (スワッグとは、植物を束ねた壁飾りのこと。グリーン系のナチュラルなスワッグを作る)	1	3/9(月)の19:00～21:00	10	2,300
<b>手作りシナモンロールでランチ</b> (こねない簡単なパンがメインのランチを作る)	1	3/14(土)の10:00～12:30	24	800

## ②シニアコース 対象：おおむね60歳以上 申込期限：12/17(火)

講座名(内容)・講師名	回数	とき	定員(人)	受講料(円)
<b>お餅のリメイクレシピ</b> (正月に残りがちなお餅にひと手間加えたりメイク料理を学ぶ) 講師：前澤早苗さん(栄養士)	1	1/7(火)または1/10(金) の9:30～12:00	各24	800
<b>楽しく文章を書く講座</b> (日常で感じたことなどを短い文章にまとめる。脳が活性化し、新たな発見があること間違いなし) 講師：猪俣哲夫さん	3	1/23(木)、2/6(木)・20(木) の10:00～11:30	15	600
<b>便利な乾物活用術</b> (意外と知らない乾物の良いところを調理実習しながら学ぶ) 講師：若林菜穂子さん(今井商店)	1	1/24(金)の9:30～13:00	24	800
<b>男の中華</b> ※男性限定。(餃子や麻婆豆腐などを作る) 講師：前澤早苗さん(栄養士)	1	1/30(木)の9:30～12:00	24	800
<b>オリジナル刺繍で雑貨づくり</b> (自分で刺繍を施した生地で、おしゃれ雑貨を作る。さまざまなステッチを学べる) 講師：山岸道子さん(ぴーすわーく)	4	1/31(金)、2/14(金)・28(金)、 3/13(金)の9:30～11:30	18	1,400
<b>自分らしく生きるための終活</b> (これからの人生をより良いものにするため、自分や大切な人のために終活を考える) 講師：古川公美さん(ファイナンシャルプランナー)	1	2/3(月)の10:00～12:00	30	200
<b>ひなまつり料理</b> (ひなまつりのお祝いにぴったりのパーティーメニューを学ぶ) 講師：前澤早苗さん(栄養士)	1	2/13(木)または2/21(金) の9:30～12:00	各24	800
<b>写真で見る昔の柏崎</b> (かつての柏崎の暮らしや風景を写真を見ながら振り返る) 講師：小栗俊郎さん、牧野勝利さん	3	2/27(木)、3/5(木)・12(木) の9:30～11:00	35	600
<b>男の定食</b> ※男性限定。(からあげ定食にチャレンジする) 講師：前澤早苗さん(栄養士)	1	3/3(火)の9:30～12:00	24	800
<b>プランツ・ギャザリング</b> (観葉植物を花束状にして、ガラスの器に植え込む) 講師：阿部紀子さん(フォーシーズン)	1	3/16(月)の9:30～11:30	15	2,700

③市民大学 対象：18歳以上（★は中学生以上） 申込期限：令和2(2020)年1/13(月)祝

講座名(内容)・講師名	回数	とき	定員(人)	受講料(円)
博物館収蔵品で語る柏崎スポーツ界の先駆者たち(柏崎のスポーツ振興に功績を残した先人について学ぶ) 講師：博物館学芸員	1	2/1(土)の10:00～11:30	30	無料(博物館入館料別途)
多様な音楽の楽しみ方—クラシック・オペラ編(クラシック音楽の基礎やオペラの楽しみ方を学び、魅力に触れる) 講師：板谷圭美さん(音楽教室主宰)	2	2/1(土)・15(土)の13:30～15:30	30	1,000
多様な音楽の楽しみ方—ジャズ編(ジャズ音楽の基礎や楽しみ方を学び、魅力に触れる) 講師：水口かずみさん(ジャズピアニスト)	2	2/22(土)・29(土)の13:30～15:30	30	1,000
奈良・島根の仏教美術(奈良や島根の寺院などに伝わる、飛鳥時代から平安時代にかけての仏教美術を学ぶ) 講師：片岡直樹さん(新潟産業大学教授)	4	2/13(木)・27(木)、3/5(木)・12(木)の19:00～21:00	50	2,000
★水球×まちづくり×五輪(水球を通じてのまちづくりや五輪にかける講師の思いを交えて「水球のまち柏崎」の歩みや五輪での水球競技の展望などを知る) 講師：青柳勸さん・筈井翔太さん(ブルボンウォーターポロクラブ柏崎)	2	3/1(日)・8(日)の13:30～15:30	100	1,000
体験 哲学対話の魅力(疑問や考えを参加者みんなまで自由に話し、応答し合う哲学対話の魅力に触れ、専門的な知識がなくても気軽に哲学を体験する) 講師：阿部ふく子さん(新潟大学准教授)、吉越喜宗さん(吉越戦略研究所)	3	3/7(土)・14(土)・21(土)の14:30～16:30	20	1,500

市民スキースクール

▼とき：令和2(2020)年1月11日(土)・18日(土)・25日(土)・2月1日(土)の午前8時集合、午後4時解散予定(市役所集合・解散)

※現地集合の場合は午前9時に集合。

▼ところ：高柳ガッルルのスキー場

▼講師：公認指導員

▼定員：各回50人(先着)

▼参加料：1回3千円(昼食、保険、リフト代、レッスン料込み)

※当日お支払いください。

※スキー用具(スキー板・スキーブーツ・ストック)のレンタルは別途2,500円。

※バス送迎あり。(別途往復1人500円)

▼申し込み：参加希望日の5日前までに、申込書を直接、総合体育館・アクアパーク・高柳ガッルのスキー場・こども自然王国・スポーツ振興課へ。

※要項・申込書は申込先にある

他、市ホームページからダウンロード可。

※スポーツ振興課へは、申込書をファクス、郵送(〒945-8511中央町5-50)で送付し申し込みできます。

☎スポーツ振興課

☎20・7010  
FAX 23・0881



イベント

クリスマスキッズシアター

▼とき：12月14日(日)

▼時間・内容

①午前10時30分～11時40分「トムとジェリー」 「ミッキーマウス」 「サンタさんは大いそがし」 「クリスマスのおくりもの」

②午後1時30分～2時40分「トムとジェリー」

▼ところ：ソフィアセンター  
☎ソフィアセンター

☎22・2928  
FAX 21・2936

博物館冬季収蔵資料展

「むかしのくらしと道具」

「米づくりを支えたモノたち」

▼内容：懐かしい暮らしの道具、機械化される前の米作りの農具を展示します。モノから半世紀の変化を振り返ります。

▼とき：12月14日(土)～令和2(2020)年3月15日(日)

※月曜(月曜が祝日の場合は翌日)、12月29日(日)～令和2(2020)年1月3日(金)は休

館。

◆ワークショップ

▼内容：サンダワラの座布団づくり

▼講師：別俣なりわいの匠

▼とき：令和2(2020)年2月16日(日)の午前9時30分～正午

▼定員：15人(先着)

▼申し込み：令和2(2020)年1月25日(土)までに電話・ファクス・Eメール(住所・氏名・電話番号を記入)で博物館へ。



☎博物館

☎22・0567  
FAX 22・0568

☒k-museum@city.kashiw  
azaki.jp

**プラネタリウム  
クリスマスイベント**

▼内容：サンタクロースと世界の星空を旅する特別投影（番組投影はありません）※二日間とも、定期投影もあります。  
▼とき：12月21日(出)〜22日(回)の午後3時30分〜4時10分  
▼ところ：博物館

▼定員：82人（先着）  
※未就学児および小学生優先。  
▼入場料：一般200円、小・中学生100円、未就学児無料



岡博物館

☎22・0567  
FAX 22・0568

**ロビーコンサート  
inアルフォーレ**

▼内容：「クリスマス」をテーマに季節にちなんだ曲を中心としたコンサート

▼とき：12月20日(金)の午後6時〜(1時間程度)

▼ところ：文化会館アルフォーレ

▼出演・予定曲目

●柏崎クラリネット倶楽部（クラリネット・アンサンブル）  
●クリスマスキャロル集、すてきなホリデイなど

●青春コーラス（合唱）  
●青森コーラス（合唱）  
●Music〜ミュージック（ヴォーカル、ピアノ、フルート）  
●彼方の光、クリスマスモデルなど



岡文化会館アルフォーレ

☎21・0010  
FAX 21・0011

**ためしてみよう！  
絵本でミニじっけん**

▼内容：図書館司書が絵本の読み聞かせや、読んだ絵本に関連するミニ実験（簡単な実験や工作）を行います。最後に簡単な実験や工作を体験できます。

▼とき：12月21日(出)の午前10時〜正午

▼ところ：ソフィアセンター

▼対象：小学生

※未就学児は保護者同伴。

岡ソフィアセンター

☎22・2928  
FAX 21・2936

**冬休みの宿題（習字）を手伝います**

▼内容：冬休みの宿題「習字」のお手伝いをします。習字の後、茶話会で楽しみましょう。

▼とき：12月25日(水)の午前9時30分〜11時30分

▼ところ：西山ふるさと公苑

▼講師：石田栄久さん（久比岐野書道会準師範）

▼対象：小学3〜6年生・中学生

▼定員：30人（先着）

▼参加料：300円

▼持ち物：習字道具一式、用紙、新聞紙（2日分）、お手本

▼申し込み：12月20日(金)までに電話で西山ふるさと公苑へ。

岡西山ふるさと公苑

☎48・2839  
FAX 48・2840

**令和2（2020）年  
消防出初め式**

▼内容：文化会館アルフォーレ前の道路で、式典に引き続き消防車両によるパレード、消防

車・小型動力ポンプによる一斉放水を実施します。

放水を実施します。

▼とき：令和2（2020）年1月5日(日)

●式典 午前8時30分〜

●パレード 午前10時〜

●一斉放水 午前10時20分〜

▼注意：文化会館アルフォーレ前の道路が午前9時45分〜10時45分の間、通行止めになります。



岡消防署

☎24・1500  
FAX 24・1119

**冬季ソフトバレーボール交流会**

▼とき：令和2（2020）年1月25日(出)の午後6時30分〜9時30分

▼ところ：総合体育館

▼対象：中学生以上

▼定員：36チーム（先着、1チーム5〜8人）

※常に女性が2人以上出場。

▼参加料：1チーム1200円

▼申し込み：12月23日(月)〜令和2（2020）年1月17日(金)に、申込書に参加料を添えて直接、総合体育館へ。※申込書は総合体育館にあります。

※Eメールで申し込み場合は申込書を添付し、参加料は当日お支払いください。

岡総合体育館

☎21・3751  
FAX 21・3753  
✉ko-sotai@ksz.or.jp

**アルフォーレ 子どもステイジフェスティバル**

▼内容：市内で芸術文化活動を行う子どもたちが日頃の練習成果を大ホールのステージで披露します。

▼とき：令和2（2020）年1月26日(日)の午後2時〜(開場午後1時30分)

▼ところ：文化会館アルフォーレ

▼出演：柏崎ジュニアオーケストラ、柏崎少年少女合唱団、石井バレエ研究所、スタジオエムカ

▼入場料：無料(要入場整理券)

※入場整理券は、文化会館アルフォーレ・産業文化会館で配布。

岡文化会館アルフォーレ

☎21・0010  
FAX 21・0011

## 市民ラージボール交流卓球大会

- ▼とき…令和2(2020)年2月23日(祝)の午前7時30分～受け付け
- ▼ところ…総合体育館
- ▼種別…ダブルス団体戦、ダブルス個人戦
- ※団体戦チームメンバー、個人戦ペアの相手は主催者で抽選し、大会当日に発表します。抽選は、令和2(2020)年2月14日(金)の午後3時30分から総合体育館で行います。両種別ともベテランクラス(上級者)、フレンドクラス(初心者)があります。
- ▼参加料…1人500円(保険料込み、返金不可)
- ※申込時にお支払いください。
- ▼申し込み…令和2(2020)年1月31日(金)までに、申込書に参加料を添えて直接、総合体育館・アクアパーク・市役所教育分館2階スポーツ振興課へ。
- ※申込書は各申込先にある他、市ホームページからダウンロード可。
- 園スポーツ振興課  
☎20・7010  
FAX23・0881

制度・暮らし

募集

市民かわら版

子育て

健康

講座・教室

イベント



①忍者企画展「SINOBI」  
▼内容…綱渡りや壁登りなど、忍者を遊んで学べる展示  
▼とき…12月7日(土)～令和2(2020)年3月1日(日)  
▼参加料…無料(部有料)  
▼申し込み…不要



## 柏崎・夢の森公園 イベント

園 柏崎・夢の森公園

☎23・5214 FAX23・5113

✉info@yumenomori-park.jp

▶申し込み…直接または電話、ホームページから、柏崎・夢の森公園へ。



- ②はじめてのハーブコーディネート  
▼内容…コーディネートとは、イギリス発祥のハーブを煮詰めたシロップです。冬にぴったりのハーブを使っておいしいコーディネートを作ります。
- ▼とき…令和2(2020)年1月26日(日)、27日(月)の午前10時～正午  
※両日とも同じ内容。
- ▼対象…18歳以上  
▼定員…各回15人(先着)  
▼参加料…3千円(作ったコーディネートのおみやげ含む)  
▼申込期限…令和2(2020)年1月19日(日)
- ③親子で楽しもう！冬のアウトドアクッキングキャンプ  
▼内容…親子でタッチオープンやたき火でのアウトドアクッキングに挑戦します。寒い冬だからこそあったかいご飯で親子の時間を楽しみたいよ。
- ▼とき…令和2(2020)年2月22日(土)の午後1時～2月23日(日)の正午  
▼対象…小学生以上の親子  
▼定員…親子2人、10組(先着)  
▼参加料…2万円(親子2人分)  
▼申込期限…令和2(2020)年2月15日(土)

## 令和2(2020)年 元朝体操会 1/1(水祝)

園スポーツ振興課

☎20・7010

FAX23・0881



ラジオ体操やレクリエーションなどで、2020年の幕開けを元気に迎えましょう！お近くの会場へ、暖かい服装で、内履きを持って参加してください。参加記念品として、オリジナルステッカーを先着で配布します。

ところ	開始時間
荒浜コミセン	8:00
石地コミセン	8:00
鶴川総合研修センター	8:00
青海川集落開発センター	7:00
大沢集落集会所	7:00
大洲小学校	7:30
大田コミセン	7:00

ところ	開始時間	ところ	開始時間
鏡が沖中学校	8:00	田尻コミセン	6:00
笠島ふれあいセンター	7:00	中川コミセン	7:30
上米山コミセン	7:00	中通コミセン	7:00
北鯖石コミセン	7:30	南部コミセン	7:30
北条コミセン	8:00	西之入集会場	7:00
北条小学校	8:00	野田コミセン	8:00
久木太公会堂	7:00	番神公会堂	7:30
鯨波コミセン	7:00	比角小学校	8:00
久之木公会堂	7:00	枇杷島コミセン	8:00
剣野コミセン	7:00	二田コミセン	8:00
小清水集会場	7:00	別俣コミセン	8:00
笹崎ふれあいセンター	7:00	別山コミセン	7:30
鯖石小学校	7:00	松波コミセン	8:00
上条コミセン	8:00	瑞穂中学校	8:00
新赤坂町集会場	8:00	宮平公会堂	8:00
スポーツハウス球技場	8:00	宮ノ下集会場	7:00
高田コミセン	7:00	森近集会場	7:00
高浜コミセン	8:00	山室特産センター	7:00
高柳コミセン	8:00	行兼ふれあいセンター	7:00
田島活性化センター	7:00	米山コミセン	7:30

