



講座・教室

かしわぎ男女共同参画推進市民会議 公開講演会

「お互いさまで豊かなまち」

▼内容：誰もが心地よく住みやすいまちにするために私たちができることは？ 住民主導のまちづくりを考えます。

▼講師：西川紀子さん（NPO法人トライネット理事・社会福祉法人ロングラン理事長）

▼とき：10月17日（土）の午後2時～3時30分（午後1時30分～受け付け）

▼ところ：産業文化会館

▼定員：35人（先着）

▼申し込み：10月15日（木）までに、電話・はがき・ファクス・Eメール（住所・氏名・電話番号・ファクス番号（ファクスで申し込みをする方のみ）で、

市役所4階人権啓発・男女共同参画室（〒945-8511 中央町5-50）へ。

かしわぎ男女共同参画推進市民会議（人権啓発・男女共同参画室内）

☎ 20・7605

FAX 24・7714

✉ danjo@city.kashiwazaki.lg.jp

消費者講座

▼内容：消費者トラブルや被害の事例を、寸劇を取り入れながら紹介します。被害に遭わないための対策や、地域の見守り活動に役立つ講座です。

▼講師：消費者協会

▼とき：10月3日（土）の午前10時30分～正午

▼ところ：エネルギーホール

▼定員：25人（先着）

▼申し込み：9月30日（木）までに、電話またはファクス（氏名・電話番号を記入）で、市民活動支援課へ。



▲消費者庁 消費者ホットライン 188
イメージキャラクター イヤヤン

消費者協会事務局（市民活動支援課内）

☎ 21・2272

FAX 24・7714

ワークプラザ柏崎 各種教室

☎ FAX 24・8578

▼申し込み：9月11日（金）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。人数制限を行う場合があります。

▼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）	10/5～12/21	月	10:30～11:30	5,000
キッズヒップホップダンス4歳以上（月4回）	10/5～12/28	月	16:30～17:25	4,000/月
キッズヒップホップダンス9歳以上（月4回）	10/5～12/28	月	17:25～18:20	4,000/月
キッズヒップホップダンス 中級（月4回）	10/5～12/28	月	18:20～19:15	4,000/月
太極拳（全10回）	10/5～12/21	月	18:00～19:00	5,000
ヨーガ（全10回）	10/6～12/15	火	10:00～11:15	6,000
初歩のヨーガ（全10回）	10/6～12/15	火	14:00～15:15	6,000
書道（かな）（全9回）	10/6～12/22	火	13:00～17:00 うち2時間程度	6,300
3B体操（月3回）	10/7～12/16	水	10:30～11:30	2,000/月
骨盤呼吸体操（全10回）	10/8～12/17	木	10:30～11:30	5,000
バレエ3歳以上（月4回）	10/1～12/24	木	16:30～17:30	6,000/月
バレエ7歳以上（月4回）	10/1～12/24	木	17:20～18:30	6,000/月
茶道（月4回）	10/1～12/24	木	19:00～21:00	4,000/月
初めてのピアノ（全9回）	10/14～12/16	水	13:30～14:30	10,000
チアダンス（月2回）	10/2～12/18	金	17:30～18:30	3,000/月
★やさしいフィットネス	10/5～12/28	月	9:45～10:45	500/回
★やさしいフィットネス	10/1～12/24	木	9:00～10:15	500/回
★やさしいフィットネス	10/1～12/24	木	10:30～11:45	500/回
★ZUMBA®	10/5～12/28	月	11:00～12:00	500/回
★ゆっくり踏み台体操	10/6～12/22	火	10:00～11:15	500/回
★のびのび体操	10/2～12/25	金	10:00～10:45	300/回
★のびのび体操	10/2～12/25	金	10:50～11:35	300/回
★ワクワク親子ピクス（6カ月～未就学児）	10/9～12/18	金	10:30～11:30	500/回
★いきいき太極拳	10/2～12/25	金	13:30～15:00	500/回

①水中歩行・アクアビクス（全10回）会場：アクアパーク

教室名（対象）	期間	曜	時間	定員（人）	受講料（円）
水中歩行月曜コース（成人）	10/12～12/21	月	13:00～14:00	15	3,560
水中歩行水曜コース（成人）	10/14～12/23	水	13:00～14:00	15	3,560
水中歩行金曜コース（成人）	10/ 9～12/18	金	13:00～14:00	15	3,560
アクアビクス水曜コース1組（成人）	10/14～12/23	水	10:00～11:00	20	3,560
アクアビクス水曜コース2組（成人）	10/14～12/23	水	11:00～12:00	20	3,560
アクアビクス木曜コース（中学生以上）	10/15～12/17	木	19:00～20:00	20	3,560
アクアビクス金曜コース（成人）	10/ 9～12/18	金	10:00～11:00	20	3,560

②一般水泳（全10回）会場：S=スポーツハウス、A=アクアパーク

教室名（対象）	期間	曜	時間	会場	定員（人）	受講料（円）
月曜午前コース（成人）	10/12～12/21	月	10:30～12:00	S	15	4,070
月曜ナイトコース（中学生以上）	10/12～12/21	月	19:00～20:00	A	15	3,560
初級コース（中学生以上）	10/14～12/23	水	19:00～20:00	A	10	3,560
金曜デイコース（成人）	10/16～12/18	金	10:30～12:00	S	15	4,070
金曜ナイトコース1組（中学生以上）	10/16～12/18	金	18:00～19:00	A	10	3,560
金曜ナイトコース2組（中学生以上）	10/16～12/18	金	19:00～20:00	A	15	3,560
エンジョイナイト（中学生以上）	10/15～12/17	木	18:00～19:00	A	10	3,560
ニコニコ水泳コース（50歳以上）	10/15～12/17	木	10:30～12:00	AS	25	4,070
親子水泳教室（年中・年長児の親子）	10/10～12/19	土	11:00～12:00	A	10組	4,070

③体操教室（全10回）会場：スポーツハウス 定員：各25人

教室名（対象）	期間	曜	時間	受講料（円）
リズム体操教室（ソフトエアロ）	10/12～12/21	月	10:00～11:00	3,000
いきいき健康体操教室（成人）	10/13～12/22	火	10:00～11:00	3,000
女性健康体操教室①（成人女性）	10/16～12/18	金	9:30～10:30	3,000
女性健康体操教室②（成人女性）	10/16～12/18	金	10:50～11:50	3,000

④フリーに参加できる1回コース 会場：アクアパーク 申し込み：不要 ※祝日は休講。

教室名（対象）	期間	曜	時間	受講料（円）
水中お散歩午前コース（フリー）	10/1～12/17	木	10:30～11:30	350/回
水中お散歩午後コース（フリー）	10/2～12/23	月・水・金	14:30～15:30	350/回
水中お散歩ナイトコース（フリー）	10/2～12/23	水・金	19:00～20:00	350/回

⑤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。



アクアパーク・スポーツハウス教室（10～12月）

▼申し込み：9月18日（金）の午前9時以降、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。
▼体験教室：①②③は各教室1人1回体験できます（予約制、先着）。
※施設利用料の他に、受講料200円がかかります。
▼注意：●申込開始日・期間・時間・会場を変更する場合があります。申し込み前にホームページをご覧ください。●新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、定員を減らしています。●申し込みが少ない場合は、中止することがあります。●受講料の他に毎回施設利用料（期間券あり）が必要です。

アクアパーク HP

22・5555
22・0766

柏崎・社長のたまご塾

▼内容：創業のスタートラインに立つための基本や、経営安定に役立つ知識を学ぶ講座

▼講師：栗元秀樹さん（株）クリーエ・アドバイザーズ代表取締役

▼ところ：産業文化会館

▼対象：創業に興味がある・経営の基礎を学びたい方で、全ての回を受講できる方

▼定員：12人（先着）

▼受講料：2500円（資料代）

※初回にお支払ください。

▼持ち物：筆記用具・電卓

▼申し込み：9月30日（水）までに、直接またはファクスで、柏崎信用金庫本部へ。

※申込書は柏崎信用金庫の各支店、市役所3階商業観光課にある他、柏崎信用金庫ホームページからダウンロード可。

▼注意：具体的な事業計画の作成指導は、継続して開催する実践編で行います。日程・内容などは、希望する方へカリキュラム中に案内します。

※別途、受講料が必要です。

柏崎信用金庫本部
24・3321
22・7747



回	開催日	時間	内容
1	10/ 7 (水)	18:30～21:00	創業のタネを整理する—社長に必要な3つの役割
2	10/21 (水)	19:00～21:00	マーケティングを理解する—輝くか埋もれるか
3	11/ 4 (水)	19:00～21:00	創業とお金—取引方法で必要資金は変化する
4	11/18 (水)	19:00～21:00	創業と人材—事業を成長させるのは誰か
5	12/ 2 (水)	19:00～21:30	まとめ、修了式—事業計画書をつくってみよう

市民プラザの講座

▼申し込み：9月22日(火)宛までに、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(T945-0051 東本町1-3-24 市民プラザ内)へ。
 市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

▼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

TEL 20・7500 FAX 22・2637

E-mail: s-plaza@city.kashiwazaki.lg.jp



エイジレスコース ※受講料は材料費・教材費込み。

講座名(内容)・講師名	回数	とき	定員(人)	受講料(円)
編んで役立つ! 多彩に使える! パラコードの魅力 (普段はアクセサリ、いざという時に便利なブレスレットを作る) 講師: 渡邊浩二さん (地域活動サポートセンター 柏崎)	1	①10/25(日)の10:00~12:00 ②11/ 1(日)の13:30~15:30 ※どちらかの日程を選択。	各15	900
楽しくストレス発散! ボクシングエクササイズ (ボクシングのパンチ動作を利用した全身運動) 講師: 村山真理さん	6	10/5(月)・12(月)・19(月)・26(月)、 11/2(月)・9(月) の19:00~20:30	20	3,000
好きな香りのブレンドでリフレッシュ! アロマスプレー (お好みのアロマオイルをブレンドし、スプレーを作る) 講師: 金子愛美さん (Heart-Leaf)	1	10/17(土)の13:30~15:30	15	1,000
アロマで生活を楽しく☆リップクリーム&練り香水 (手軽に持ち歩けるアロマクラフト作品を作る) 講師: 金子愛美さん (Heart-Leaf)	1	11/7(土)の13:30~15:30	15	1,300
つまみ細工でおしゃれに クリスマスアレンジメント (つまみ細工でアレンジ作品を作る) 講師: 中村英恵さん	3	11/6(金)・13(金)・20(金) の19:00~21:00	15	3,000
心温まる本格グラタン (冷蔵庫の物で本格グラタンと副菜を作る) 講師: 西村遼平さん (里山 café l'm Home)	1	①11/4(木) ②11/21(土) の18:30~21:00 ※どちらかの日程を選択。	各12	1,000
クリスマスを彩るガーリックチキン (ガーリックチキンと副菜を作る) 講師: 西村遼平さん (里山 café l'm Home)	1	①12/9(木) ②12/12(土) の18:30~21:00 ※どちらかの日程を選択。	各12	1,000
写真入門—美しい柏崎の風景 (写真の基本を学び、実際に市内の風景を撮る) 講師: 佐藤俊男さん (全日本写真連盟 柏崎支部 支部長)	3	10/14(水)の19:00~21:00、 11/ 8(日)の 9:00~12:00、 11/19(木)の19:00~21:00	20	1,500

市民大学 対象：18歳以上 ※受講料はテキスト代込み。

講座名(内容)・講師名	とき	定員(人)	受講料(円)
柏崎の小さな観光を学ぶ&地域の豊かさにつれる (身近な暮らしやなりわいを資源とした「小さな観光」を、柏崎を題材に学ぶ) 春日俊雄さん (新潟産業大学 特任講師)	10/5(月)・19(月)・26(月)の 19:00~21:00	20	1,500
知っておきたい福祉住環境の基礎知識 (高齢者の福祉や住環境の基礎知識を学ぶ) 平野実良さん (新潟産業大学 専任講師)	10/7(水)・14(水)・28(水)、11/4(水) ・11(水)の19:00~21:00	20	2,500
奈良美術への誘い—令和2年の特別展に寄せて (奈良時代前後の仏教美術の名品について、美術品の画像を見ながら、特徴や歴史背景などを学ぶ) 片岡直樹さん (新潟産業大学教授)	10/2(金)・9(金)・16(金)・23(金)の 19:00~21:00	60	2,000
食と健康 (食品の栄養、味、機能などに着目して、食と健康の関わりを学ぶ) 小野寺正幸さん・久保田真敏さん (新潟工科大学 准教授)	10/8(木)・15(木)・22(木)・29(木)の 19:00~21:00	20	2,000

総合体育館の各種教室（10～12月）

▼①②の教室申し込み：9月15日（火）の午前9時以降、受講料を添えて直接、総合体育館へ（先着）。

- ▼注意：●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（期間券あり）が必要です

①フィットネス教室昼の部・太極拳・ダンス・定期教室（全10回）

※対象の記載がないものは15歳以上（中学生を除く）。

※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、定員数を減らしています。

教室名・対象	期間	曜	時間	受講料(円)
フィットネス教室 昼の部	ゆるやかエクササイズ（中・高齢者）	10/ 5～12/21 月	9:50～10:50	3,500
	かんたんステップ（初級）	10/12～12/21 月	11:00～12:00	3,500
	エンジョイエアロ（初級）	10/ 6～12/22 火	9:50～10:50	2,800(全8回)
	骨盤呼吸体操	10/ 6～12/22 火	11:00～12:00	2,800(全8回)
	ゆっくりエアロ	10/ 6～12/22 火	13:30～14:30	2,800(全8回)
	ヨガ（午前）	10/ 7～12/23 水	9:50～10:50	3,500
	ZUMBA®（ズンバ）	10/ 7～12/23 水	11:00～12:00	3,500
	エアロ&バランスボール	10/ 7～12/23 水	13:30～14:30	3,150(全9回)
	スローステップ運動（初級）	10/ 8～12/10 木	9:50～10:50	3,500
	体幹（コア）運動	10/ 8～12/10 木	11:00～12:00	3,500
太極拳 ダンス 覇塾	そふとエアロ（45歳以上）	10/ 9～12/18 金	9:40～10:40	3,500
	姿勢改善ピラティス	10/ 2～12/11 金	11:00～12:00	3,500
	ゆっくりステップ	10/ 9～12/18 金	13:30～14:30	3,500
	太極拳（午後）	10/ 8～12/17 木	13:30～14:30	3,500
	太極拳（夜）	10/ 8～12/10 木	19:30～20:30	3,500
	ジュニアダンス（小学生）	10/ 2～12/18 金	18:30～19:30	3,500
	ジュニアストリートダンス（小学4年～中学生）	10/ 2～12/18 金	19:45～21:00	3,500
	バレーボール	10/ 6～12/22 火	10:00～11:30	3,500
	シニアスポーツ（中・高齢者）	10/ 2～12/18 金	10:00～11:30	3,500

②フィットネス教室夜の部（全10回）

▶対象…15歳以上（中学生を除く）

▶内容…詳細は、ホームページをご覧ください。



総合体育館

HP
総合体育館
スポーツ教室

点訳奉仕員養成講座

▼内容：目の不自由な方のために「広報かしわざき」などをパソコンで点字版にする技能を修得できます。パソコン初心者の方も受講できます。

▼とき：10月3日（出）、17日（出）、24日（出）、31日（出）の午後1時～5時（全4回）

▼ところ：総合福祉センター

▼講師：柏崎点訳奉仕会会員

▼定員：10人

▼受講料：1540円（資料代）

※初回にお支払いください。

▼申し込み：9月18日（金）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、福祉課へ。

福祉課

☎ 21・2299

FAX 21・1315

✉ fukushi@city.kashiwaza.klg.jp

市HP

防災士養成講座

▼内容：防災の専門的な知識・技能を持った「防災士」を養成する講座

※全講義終了後、防災士資格取得試験を行います。

▼とき：11月28日（出）～29日（回）の

午前9時～午後6時30分

▼ところ：市役所会議棟1階第1会議室

▼対象：地域（自主防災会やコミュニティ協議会）・事業所などから推薦された方

▼定員：50人（先着）

▼費用：8千円（資格取得試験受験料・資格認定登録料）

▼申し込み：10月9日（金）までに、申込書を直接または郵送で、市役所4階防災・原子力課（〒945-8511 中央町5-50）へ。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。

▼注意

●申し込みされた方にレポート課題を送付します。講座初日に提出してください

●防災士の資格取得のためには、普通救命講習を修了する必要があります。希望者は12月6日（回）または12月13日（回）に消防本部で受講できます



市HP
防災士養成講座の
受講者を募集

☎ 21・2316
FAX 21・5980

市制施行80周年記念
にいがた連携公開講座
2020

柏崎の武将と越後上杉氏
―毛利安田氏の古文書をもとに―

▼内容：柏崎ゆかりの武将毛利安田氏を題材に、中世柏崎の武士がいかに活動し、時の権力者上杉氏と関わっていたのかを考えます。

▼講師：前嶋敏さん（県立歴史博物館専門研究員）

▼とき：11月7日（土）の午後1時30分～3時30分

▼ところ：市民プラザ

▼定員：60人（先着）

▼申し込み：10月25日（日）までに、直接または電話・はがき・ファクス・Eメール（郵便番号・住所・氏名・ふりがな・年齢・性別・電話番号・年齢を記入）で、文化・生涯学習課（〒945-0051 東本町1-3-24 市民プラザ内）へ。市ホームページからも申し込み可。

▼手話通訳（無料）：必要な方は、申込時にお知らせください。

▼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。

図文化・生涯学習課

☎ 20・7500

FAX 22・2637

✉ s-plaza@city.kashiwazaki.ig.jp

ig.jp

国・県・市の職員による出前講座「ふれあい講座」

▼内容：職員が会場へ出向き、専門知識を生かしたさまざまな講座を行います（介護予防、柏崎のお米、まち歩きなど）。詳細は市ホームページまたは、市民プラザや各コミセンにある講座紹介パンフレットをご覧ください。

▼とき：希望する日の午前9時～午後6時（1講座1時間～2時間以内）

▼ところ：希望する場所

▼対象：市内に在住・在勤・在学している10人以上で構成された団体・グループ（学習グループ・学校・町内会などが主催する催し）

※政治・宗教・営利を目的とした催しなどには職員を派遣できません。

▼申し込み：開催希望日の1カ月前までに、申込書を直接またはファクスで、文化・生涯学習課へ。



図文化・生涯学習課

☎ 20・7500

FAX 22・2637

国際理解セミナー・アジアを知る

「もっと知りたい韓国文化！」

▼内容：韓国の生活文化を知り、理解を深めます。ありのままの韓国文化を紹介します。

▼とき：10月17日（土）の午前10時～11時30分

▼ところ：市民プラザ

▼講師：李虎奎さん（新潟工科大学准教授）

▼定員：20人（先着）

▼申し込み：10月9日（金）までに、直接または、はがき・ファクス・Eメール（住所・氏名・年齢・日中連絡のつく電話番号・ファクス番号、（ファクスで申し込みをする方のみ））で、（公財）柏崎地域国際化協会（〒945-0051 東本町1-3-24 市民プラザ内）へ。

図（公財）柏崎地域国際化協会

☎ FAX 32・1477

✉ kaia2006@kiset.or.jp

甲種防火管理新規講習

▼内容：防火管理者の資格を得るための講習

▼とき：10月15日（木）～16日（金）または、10月22日（木）～23日（金）の午前9時～午後3時

▼ところ：消防本部

▼定員：各回30人（先着）

▼受講料：3500円（テキスト代）

※講習初日にお支払いください。

▼申し込み：9月7日（月）～18日（金）に、写真（上半身脱帽、無背景、縦4・5×横3・5センチメートル）1枚を持って直接、消防本部予防課へ。

※消防本部で受講票に記入してください。

※詳細は市ホームページをご覧ください。

図消防本部予防課

☎ 24・1382

FAX 22・1409



イベント

ウェブ展示場で初開催！
柏崎市美術展覧会（市展）

▼内容：市内最大の美術公募展覧会を、パソコンやスマホなどでご覧いただけます。

▼とき：10月1日（木）～11月30日（月）

▼ところ：柏崎市美術展覧会ウェブ展示場

▼展示作品：日本画、洋画、彫刻・工芸、書道、写真部門の入賞作品（市展賞、新潟日報美術振興賞、柏崎日報美術振興賞、奨励賞）、入選作品



図文化・生涯学習課

☎ 20・7500

FAX 22・2637