

健康

かしわざき健康サポートカンパニー

積極的に健康づくりに取り組む事業所を紹介します



関スポーツ振興課
TEL20-7010 FAX23-0881

07 中通コミュニティ振興協議会

会長 遠藤春治 従業員数 3人

ひとこと

地域の皆さんの絆づくりに楽しいイベントを企画実施しています。また、さまざまな講習会を開催し、生涯学習活動のお手伝いをしています。

健康への取り組み

- 始業前、休憩時間のラジオ体操
- 座りっぱなしにならないよう意識



09 新潟県労働金庫 柏崎支店

支店長 土肥聡 従業員数 18人

ひとこと

新潟ろうきんは、令和4(2022)年に創立70周年を迎えました。ろうきんファンの拡大に向けてさらに頑張ります。

健康への取り組み

- 毎日16:00から全員でラジオ体操



健康サポートカンパニー

登録などの詳細はこちら▶



08 柏崎信用金庫

理事長 小出昭夫 従業員数 93人

ひとこと

市内に本店を有する唯一の金融機関として、「お取引先の元気に貢献する」「地域の活力に貢献する」を基本方針としています。

健康への取り組み

- 健康診断で腫瘍マーカー検査を実施。再検査対象の職員には早期の医療機関受診を指導
- 地域の子どもたちに野球・卓球を指導



10 柏崎海洋センター SEA YOUTH 雷音

支配人 渡辺義彦 従業員数 19人

ひとこと

柏崎のウエストコーストで日本海を眺めながら、ご会食・ご宴会、宿泊ができる施設です。

健康への取り組み

- 荷物を持たない場合は、エレベーターを利用せずに階段を利用する
- ポスター掲示などで健康啓発活動を実践

講座・教室

かしわざき市民大学後期講座 「柏崎の食の魅力を再発見 —伝えたいふるさとの豊かな食文化」

▶内容…柏崎ならではの食材を知り、それを使ったアレンジ料理を学びます。

- ▶とき…①2月12日(日) (座学)
 - ②2月19日(日) (調理実習)
- 10:00～正午

▶講師

- ①藤田 庸子ようこさん (管理栄養士)
- ②今井恵さん (管理栄養士)
- ▶ところ…市民プラザ
- ▶定員…12人
- ▶受講料…1,700円(材料費込み)
- ▶申し込み…1月22日(日)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)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

●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。

関文化・生涯学習課

TEL 20-7500 FAX 22-2637

✉s-plaza@city.kashiwazaki.lg.jp

氷上スポーツ教室 2月コース 閩アクアパーク TEL22-5555 FAX22-0766

- ▶申し込み…1月11日(水)9:00以降、受講料を直接アクアパークへ(先着)。※複数コースへの申し込み可。
- ▶注意…●電話・ファクスでの申し込みは不可 ●教室日程などを変更する場合があります
- 申し込みが少ない場合、中止することがあります。詳細はお問い合わせください
- 受講料の他に毎回施設利用料(高校生以上920円、小・中学生460円)と貸靴料(1回1足330円)が必要です

	教室名(対象)	期間	曜	時間	定員(人)	受講料(円)
カーリング	ビギナーカーリング (小学生以上の初心者・初級者)	1/29~2/19 (全3回)	日	8:45~9:30	15	2,100円
	団体系験コース (初心者限定 1団体10~15人)	大会・イベントのない 土・日曜、祝日	—	営業時間内 1レッスン45分	15	1団体(15人以下) 7,000円~

	教室名(対象)	期間	曜	時間	定員(人)	受講料(円)
アイススケート	団体系験コース (初心者限定 1団体10~15人)	大会・イベントのない 土・日曜、祝日	—	営業時間内 1レッスン45分	15	指導員1人 6,050円~
	ワンデイコース (小学生以上の初心者)	大会・イベントのない 日曜	日	10:30~11:15	8人 以上催行	800円
	はじめてコース (年中児~小学生の初心者)	2/2~2/16 (全3回)	木	16:45~17:10	8	2,100円
	はじめてコース (年中児~小学生の初心者)	1/29~2/19 (全3回)	日	8:45~9:30	8	2,100円
	キンダーコース (自由に滑ることができる年中~年長児)	2/8~2/22 (全3回)	水	16:45~17:10	12	2,100円
	キンダーコース (自由に滑ることができる年中~年長児)	1/28~2/18 (全3回)	土	8:45~9:30	12	2,100円
	ジュニアコース (自由に滑ることができる小学生)	2/8~2/22 (全3回)	水	17:45~18:30	12	2,100円
	ジュニアコース (自由に滑ることができる小学生)	1/28~2/18 (全3回)	土	8:45~9:30	12	2,100円
	アドバンスコース (バック滑走ができる年中児~小学生)	2/2~2/16 (全3回)	木	17:45~18:30	10	2,100円
	スマイルコース (中学生~大人の初心者・初級者)	1/29~2/19 (全3回)	日	8:45~9:30	10	2,100円

背骨コンディショニング 講習会

▶内容…肩こり、腰痛、膝の痛み、内臓の不調などのさまざまな症状は、背骨の歪みと関係があります。この冬、体調改善プログラムを体験しませんか？

▶講師…村田エリカさん(背骨インストラクター)

▶とき…①1月29日(日)
②2月26日(日) ③3月26日(日)
10:00~11:00

▶ところ…アクアパーク

▶対象…高校生以上

▶定員…各回12人(先着)

▶参加料…600円

▶持ち物…スポーツウェア、長めのタオル、着替え

▶申し込み…1月11日(水)以降、直接アクアパークへ。

閩アクアパーク

TEL 22-5555 FAX 22-0766

小学生スノーボードスクール

▶講師…内山ミエさん(プロスノーボーダー)、指導員

▶とき・対象…2月11日(土)(予定)

①午前の部(10:00~正午) = 初めてスノーボードをする方

②午後の部(13:30~15:30) = 初心者(2回目)以上の方

※開始30分前に現地集合。

▶ところ…高柳ガルルのスキー場

▶定員…各10人(先着)

▶参加料…3,500円(保険、リフト代込み) ※当日支払い。
※スノーボードのレンタルは別途3千円。

▶申し込み…2月3日(金)までに、申込書を直接、総合体育館・アクアパーク・高柳ガルルのスキー場・こども自然王国・市役所2階スポーツ振興課へ。

※申込書は申込先にある他、ホームページからダウンロード可。

閩スポーツ振興課

TEL 20-7010

FAX 23-0881



おもちゃ修理のスペシャリスト おもちゃドクター養成講座

- ▶内容…おもちゃの修理を講義・実技で基本から学びます。
- ▶講師…佐藤和博さん（柏崎おもちゃドクター連絡会代表）
- ▶とき（全2回）
 - 2月18日(出)13:00～16:00
 - 2月19日(日)9:00～16:00
- ▶ところ…総合福祉センター
- ▶定員…12人（先着）
- ▶参加料…3千円
- ▶申し込み…1月31日(火)までに、直接または電話・はがき・ファクス・Eメール（住所・氏名・電話番号を記入）で、社会福祉協議会（〒945-0045 豊町3-59）へ。
- ☎（福）社会福祉協議会
TEL 22-1411 FAX 22-1441
✉ks-14@syakyou.jp

手話講習会（初級）

- ▶内容…講義と実技（自己紹介など）で、手話や聴覚障がいへの関心と理解を深め、ボランティアの基本を学びます。

- ▶講師…柏崎地域手話サークル等連絡協議会会員
- ▶とき…1月28日(出)、2月4日(出)、18日(出)、25日(出)の各回14:00～16:00（予定）
- ▶ところ…総合福祉センター
- ▶定員…10人程度（先着）
- ▶受講料…千円（資料代など）
- ▶申し込み…1月20日(金)までに、直接または電話・ファクス（住所・氏名・年齢・電話番号を記入）で、ボランティアセンター（〒945-0045 豊町3-59）へ。
- ☎（福）社会福祉協議会
TEL 22-1411 FAX 22-1441

多文化理解講座・ネパール料理「スパイスカレー」

- ▶内容…ネパール出身の講師と、スパイスを使ったカレーを作ります。現地の文化なども紹介します。
- ▶とき…3月3日(金)10:00～12:30
- ▶ところ…市民プラザ
- ▶定員…18人（先着）
- ▶参加料…1,300円（会員千円）
- ▶申し込み…2月24日(金)までに、

- 直接またはEメール（住所・氏名・電話番号を記入）で、（公財）柏崎地域国際化協会（市民プラザ2階）へ。
- ☎（公財）柏崎地域国際化協会
TEL・FAX 32-1477
✉kaia2006@kisnet.or.jp



アクアパーク「冬の感謝祭」

- ▶内容
アイスリンク特別料金、カーリング体験、初心者スケート教室、フィギュアスケートエキシビジョン、光るアイスリンク EXCITE TIME、アイスホッケーシュート体験、縁日コーナー
- ▶とき…1月22日(日)10:00～18:00
- ※アイスリンク入場にはアイスリンク利用料、貸靴料がかかります。
- ☎アクアパーク
TEL 22-5555 FAX 22-0766

アルフォーレ 柏崎市民文化祭

2月5日(日)～22日(水)に3つのイベントを行います。

※2月5日(日)の「アルフォーレ子どもステージフェスティバル」は、12月号24ページをご覧ください。

▶ところ…文化会館アルフォーレ

市民のための柏崎文化祭

◆展示部門

- ▶内容…市内の文化団体の絵画・俳句・書道などの作品展示
- ▶とき
 - 2月18日(出)10:00～17:30
 - 2月19日(日)10:00～17:00

◆舞台部門

- ▶内容…合唱・舞踊・民謡などのステージ発表
- ▶とき
 - 2月18日(出)
ステージA=13:30～

●2月19日(日)

- ステージB=9:30～
- ステージC=13:30～
- ▶入場料…700円（ステージごとに必要）
- ※高校生以下無料。
- ▶プレイガイド…文化会館アルフォーレ、柏崎文化協会、産業文化会館 他
- ☎柏崎文化協会
TEL・FAX32-2190
（水・金曜の13:00～16:00）

柴田梨花&石口あみ —2台ピアノコンサート

- ▶内容…数々のコンクールで受賞歴のある、市内出身者を含む現役音大生によるピアノコンサート。2台ピアノならではの魅力をご堪能ください。
- ▶とき…2月22日(水)18:30～
- ▶入場料…小学生以上500円
- ▶プレイガイド…文化会館アルフォーレ、わたじん楽器ララフィ
- ☎ピアノデュオコンサート実行委員会 TEL23-5795