

# アクアパーク・スポーツハウス教室 (1～3月)

園アクアパーク

TEL22-5555 FAX22-0766

▶申し込み…12月15日(金)9:00以降、申込書と受講料を直接、アクアパークへ(先着)。

※申込書は、12月8日(金)からアクアパーク・スポーツハウスで配布します。

▶体験教室(予約制・先着)…①～③は各教室1人1回体験できます(施設利用料の他に受講料200円が必要です)。

▶注意…●電話・ファクスでの申し込みは不可

●申し込みが少ない場合、中止することがあります。申し込み前にホームページをご覧ください

●受講料の他に毎回施設利用料(期間券あり)が必要で

## 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)	1/15～3/25	月	13:00～14:00	30	4,000
水中歩行水曜コース(成人)	1/10～3/13	水	13:00～14:00	30	4,000
水中歩行金曜コース(成人)	1/12～3/22	金	13:00～14:00	30	4,000
アクアビクス水曜コース1組(成人)	1/10～3/13	水	10:00～11:00	40	4,000
アクアビクス水曜コース2組(成人)	1/10～3/13	水	11:00～12:00	40	4,000
アクアビクス木曜コース(中学生以上)	1/11～3/21	木	19:00～20:00	40	4,000
アクアビクス金曜コース(成人)	1/12～3/22	金	10:00～11:00	40	4,000

## 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	定員(人)	受講料(円)	会場
月曜午前コース(成人)	1/15～3/25	月	10:30～12:00	30	4,600	S
月曜ナイトコース(中学生以上)	1/15～3/25	月	19:00～20:00	30	4,000	A
初級コース(中学生以上)	1/10～3/13	水	19:00～20:00	20	4,000	A
ニコニコ水泳コース(50歳以上)	1/11～3/21	木	10:30～12:00	50	4,600	AS
エンジョイナイト(中学生以上)	1/11～3/21	木	18:00～19:00	20	4,000	A
金曜デイコース(成人)	1/12～3/22	金	10:30～12:00	30	4,600	S
金曜ナイトコース1組(中学生以上)	1/12～3/22	金	18:00～19:00	20	4,000	A
金曜ナイトコース2組(中学生以上)	1/12～3/22	金	19:00～20:00	30	4,000	A
親子水泳教室(年少～年長児の親子)	1/13～3/16	土	11:00～12:00	20組	4,600	A

## ③体操教室(全10回) 会場:スポーツハウス 定員:各50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)	1/15～3/25	月	9:30～11:00	3,500
いきいき健康体操教室(成人)	1/16～3/19	火	9:30～11:00	3,500
女性健康体操教室(成人女性)	1/19～3/29	金	9:30～11:00	3,500

## 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)
水中お散歩デイコース(フリー)	1/10～3/25	月・水	14:30～15:30	400/回
水中お散歩ナイトコース(フリー)	1/10～3/22	水・金	19:00～20:00	400/回

## ⑤ジュニア水泳教室(全10回)

▶対象…小学生 ※チャレンジコースは中学生も可。詳細は、ホームページをご覧ください。



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



## イベント

### プラネタリウム 「クリスマスイベント」

▶内容…「プラネタリウムが贈るクリスマスプレゼント」をテーマに、クイズやゲームを楽しめるプログラムを投影します。

※通常の星空解説・番組投影はありません。

▶とき…12月23日(土)～24日(日) 11:00～、14:00～ (各回約50分)

▶ところ…博物館

▶定員…82人(先着)

▶入場料…高校生以上280円、小・中学生140円、未就学児無料



園博物館

TEL 22-0567 FAX 22-0568

# ワークプラザ柏崎 各種教室

☎ワークプラザ柏崎 TEL24-8578 FAX41-4077

▶申し込み…12月11日(月)9:00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…●別途教材費などがかかる場合があります

●申し込みが少ない場合中止することがあります  
 ●祝日・年始は休みになることがあります  
 ●チアダンス、ジュニアダンスは家族割りがあります  
 ●■印は少人数制です

講座名(回数)	期間	曜	時間	受講料(円)
ピラティス(全10回)	1/15～3/25	月	10:30～11:30	5,000
太極拳(全10回)	1/15～3/25	月	18:00～19:00	5,000
ヨガ(全10回)	1/9～3/26	火	10:00～11:15	6,000
書道(かな)(全9回)	1/9～3/26	火	13:00～17:00 (うち2時間程度)	6,300
初歩のヨガ(全10回)	1/9～3/26	火	14:00～15:15	6,000
<b>NEW</b> ■安眠に向けての基礎ヨガ(月2回)	1/16～3/19	火	20:00～21:00	3,000/月
■正しい姿勢作り基礎ヨガ(月4回)	1/10～3/27	水	13:30～14:30	5,000/月
3B体操(月3回)	1/10～3/27	水	10:30～11:30	2,000/月
骨盤呼吸体操(全10回)	1/11～3/28	木	10:30～11:30	5,000
バレエ3歳以上(月4回)	1/4～3/28	木	16:30～17:30	6,000/月
バレエ7歳以上(月4回)	1/4～3/28	木	17:20～18:30	6,000/月
ジュニアダンス(月3回)【中級】	1/11～3/21	木	18:00～19:00	3,300/月
茶道(月4回)	1/11～3/28	木	19:00～21:00	4,000/月
チアダンス(月2回)	1/12～3/15	金	17:30～18:30	3,000/月
ジュニアダンス(月3回)【初級】	1/13～3/23	土	14:00～15:00	3,300/月
★やさしいフィットネス	1/15～3/25	月	9:45～10:45	500/回
★やさしいフィットネス	1/11～3/28	木	10:00～11:15	500/回
★ZUMBA®	1/15～3/25	月	11:00～12:00	500/回
★ゆっくり踏み台体操	1/9～3/26	火	10:00～11:15	500/回
★のびのび体操	1/12～3/29	金	10:00～11:15	500/回
★いきいき太極拳	1/5～3/29	金	13:30～15:00	500/回

## 冬季収蔵資料展

### 「むかしのくらしと道具 一米づくりを支えたモノたち」

▶内容…昭和前半期まで米作りに使われていた道具を展示。稲作と共に培ってきた人々の知恵と技を紹介します。  
 ▶とき…令和6(2024)年1月4日(木)～3月10日(日)  
 ※月曜休館(祝日の場合は翌日)  
 ▶ところ…博物館



☎博物館

TEL22-0567  
 FAX22-0568



## 良寛いしぶみ拓本展

▶内容…昨年度、中村石油㈱から寄贈された、良寛関係石碑の拓本などを展示します。  
 ▶とき…令和6(2024)年1月4日(木)～11日(木)9:30～19:00(土・日曜、祝日は17:00まで)  
 ▶ところ…ソフィアセンター  
 ☎ソフィアセンター

TEL22-2928  
 FAX21-2936



## 大崎温泉雪割草の湯 「冬季イベント」

### ①新年ガラポン大会

▶内容…入場者全員が1回抽選できます。新年の運試し! すぐきな賞品が当たります。

▶とき…令和6(2024)年1月4日(木)10:00～20:00

### ②チケット集めてガラポン大会

▶内容…金券1枚または、500円ごとの支払いにつきガラポンチケットを1枚配布します。3枚集めると1回抽選できます。

▶チケット配布期間…1月5日(金)～2月25日(日)

▶ガラポン抽選期間…2月27日(火)～3月3日(日)

☎大崎温泉雪割草の湯  
 TEL・FAX 47-2113

## 冬期語学文化講座

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

- ▶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の方（応募者多数の場合は抽選。最低履行人数4人）
- ▶受講料
  - 協会会員=8千円 ●会員以外=1万5千円
  - ※別途教材費が千～3千円程度かかる講座があります。
- ※講座初日に受講料と会費（来年3月まで有効）10千円以上を納入してください。
- ▶申し込み…12月21日(木)17:00(必着)までに、直接またはEメール・ファクス・はがき（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。

講座名	期間(全8回)	曜	時間	定員(人)	内容・対象
初級英会話・昼	1/18～3/7	木	10:00～11:30	15	英語は学習したことがあるが、英会話は初心者の方が対象。伝わる発音がテーマです。
英会話・昼	1/18～3/7	木	10:00～11:30	15	日常会話ができる方が対象。英語表現を実践的に学びます。
英会話・夜	1/23～3/12	火	19:00～20:30	15	
韓国語会話入門	1/18～3/7	木	19:00～20:30	15	韓国語を初めて学ぶ方が対象。初めの一步の講座です。あいさつから始めます。
たのしい韓国語会話	1/15～3/11	月	19:00～20:30	15	ハングル文字、初級文法を身に付けている方が対象。楽しく韓国語会話に親しみます。

### 外国人市民のための初級日本語教室 Japanese Class for Beginners

▶とき…1月12日(金)～3月15日(金)の毎週金曜 14:00～15:15  
 ※冬期は夜の日本語教室はありません。

▶ところ…市民プラザ ▶登録料…3千円(期間途中から受講の方は割引きます)

▶申し込み…月～金曜の9:00～17:00に、申込用紙を直接またはEメール・ファクスで、(公財) 柏崎地域国際化協会へ。 ※申込用紙は、ホームページからダウンロード可。

国際化協会  
HP▶



### 消防出初め式

- ▶内容…消防団の式典を行います。
- ▶とき…令和6(2024)年1月7日(日)8:30～
- ▶ところ…文化会館アルフォーレ
- ▶注意…消防車両のパレードと一斉放水は行いません。



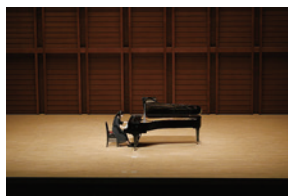
㊚消防本部消防総務課

TEL 24-1345  
FAX 22-1409



### アルフォーレピアノリレーコンサート

- ▶内容…市内外から集まった幅広い世代の出演者によるピアノ独奏や声楽、アンサンブルの演奏。名器ヤマハCFXの美しい音色をお楽しみください。
- ▶とき…令和6(2024)年1月14日(日)
- ①10:00 ②13:30 ③15:05
- ▶ところ…文化会館アルフォーレ
- ▶入場整理券…12月9日(日)10:00～文化会館アルフォーレで配布
- ※2歳以下は入場不可。



㊚文化会館アルフォーレ

TEL 21-0010 FAX 21-0011

### 冬季ソフトバレーボール交流会

- ▶とき…令和6(2024)年1月27日(土)18:00～21:00
- ▶ところ…総合体育館
- ▶対象…中学生以上(保護者同伴であれば小学生も可)
- ▶チーム編成…1チーム5～8人(女性は常に2人以上出場)
- ▶定員…36チーム(先着)
- ▶参加料…1チーム1,400円
- ▶申し込み…12月12日(火)～令和6(2024)年1月17日(水)に、申込書と参加料を総合体育館へ。 ※Eメールで申し込む場合は申込書を添付してください。

㊚総合体育館

TEL 21-3751 FAX 21-3753

㊚kc-sotai@ksz.or.jp

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



**ゆめの森のようちえん（冬）**

- ▶内容…森歩きや雪遊びなど、親子でゆったりと自然を体験します。
- ▶とき…令和6（2024）年1月11日（休）・25日（休）、2月8日（休）・22日（休）、3月7日（休）・21日（休）  
10：00～13：00
- ▶対象…4月1日時点で3歳以下のお子さんと保護者
- ▶定員…12組（先着）
- ▶参加料…各回2千円  
※初回は基本料金2千円が追加が必要です。
- ▶申し込み…1月5日（金）までに、直接または電話・ホームページで、柏崎・夢の森公園へ。



園 柏崎・夢の森公園  
 TEL 23-5214  
 FAX 23-5113



**市民スキースクール**

- ▶講師…公認指導員
- ▶とき…令和6（2024）年1月20日（土）・27日（土）・2月3日（土）  
（9：30 現地集合。15：00 解散予定）
- ▶ところ…高柳ガルルのスキー場
- ▶定員…各回30人（先着）
- ▶参加料…1回3,500円（保険料、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。  
※昼食は各自でご用意ください（希望者には別途600円で用意します）。

▶申し込み…参加希望日の5日前までに、二次元コードから申し込み、または申込書を直接、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。

イベントの詳細、申し込みはこちらから▶



※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。  
 園 スポーツ振興課  
 TEL20-7010 FAX23-0881

**アルフォーレ子どもステージフェスティバル**

- ▶内容…市内の弦楽器・合唱・バレエの団体が、日頃の練習の成果を発表します。
- ▶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、スタジオファミール

- ▶とき…令和6（2024）年2月4日（日）14：00～（開場13：30～）
- ▶ところ…文化会館アルフォーレ
- ▶入場整理券…文化会館アルフォーレで配布しています。  
 園 文化会館アルフォーレ  
 TEL21-0010 FAX21-0011



遊びにおいでよ！

じよんのび村



問 じよんのび村  
 TEL41-2222 FAX41-2265  
 ☒event@jon-nobi.com



今年もクリスマス盛り上げる！  
 吊り橋イルミネーション

12月25日（月）までの  
 日没～20：00 ごろ  
 （水曜を除く）



期間中は、クリスマスマーケットやイベントも開催。詳細はホームページをご覧ください。



年末年始も休まず営業！

「じよんのび村のお正月」として、年末年始も楽しめるプランを企画中です。  
 詳細は決まり次第、ホームページに掲載します！



ちょっと足をのばして、地元の温泉へ！

イルミネーションを楽しんだ後は、温泉で温まろう！

	休館日	営業時間	入浴料
12月	水曜定休	温泉 11:00～20:00	中学生以上 700円 3歳～小学生 450円 65歳以上 650円
		日帰り食堂 11:00～15:00 (本館) 17:00～19:30	
1月	9日(火)～12日(金)	売店 9:30～19:00	
	17日(水)、24日(水)、31日(水)		

温泉と食堂は、終了時刻の30分前に受け付けを終了します。



# 元朝体操会 1月1日月祝

園スポーツ振興課 TEL20-7010 FAX23-0881



ラジオ体操やレクリエーションなどで、新年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。

ところ	開始時間
荒浜コミセン	8:00
石地区民センター	8:00
大沢集落集会所	7:00
大洲小学校	7:00
笠島ふれあいセンター	7:00
上米山コミセン	7:00
北鯖石コミセン	7:30
北条コミセン	8:00
北条小学校	8:00
久木太公会堂	7:00
鯨波コミセン	7:00
久之木公会堂	7:00
剣野コミセン	7:00
小清水集落センター	7:00

ところ	開始時間
笹崎ふれあいセンター	7:00
鯖石小学校	7:00
上条コミセン	8:00
新赤坂町集会場	8:00
スポーツハウス球技場	8:00
高田コミセン	7:00
高柳コミセン	8:00
田島活性化センター	7:00
田尻コミセン	6:00
中通コミセン	7:00
南部コミセン	7:00
西之入集落センター	7:00
西山コミセン	7:30
西山コミセン別山分館	7:30

ところ	開始時間
野田コミセン	8:00
半田小学校	8:00
番神公会堂	7:00
比角小学校	8:00
枇杷島コミセン	8:00
二田コミセン	8:00
別保コミセン	8:00
松波コミセン	8:00
宮平公会堂	8:00
宮之下集落センター	7:00
森近公会堂	7:00
山室特産センター	7:00
行兼ふれあいセンター	7:00
米山コミセン	7:30

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



## こども自然王国のイベント



園こども自然王国

TEL41-3355 FAX41-3515



### クリスマスプラネタリウム

▶内容…星くじらのしっぽによるプラネタリウム上映（各回30分）とサンタさんとのビンゴ大会。期間限定ランチや、工作も楽しめます。

▶とき

●12月23日(日)  
 プラネタリウム=13:00～、14:00～、15:00～、16:00～  
 ビンゴ大会=15:00～、17:00～

●12月24日(日)  
 プラネタリウム=10:00～、11:00～、13:00～

▶参加料…プラネタリウム&ビンゴ大会（大人500円、子ども300円）

※ランチ・工作は種類により異なる。

▶申し込み…前日までに、電話でこども自然王国へ。

### 高柳ガールのスキー場 スキー教室

▶内容…年齢に合わせた2つの教室から選べます。各種道具のレンタルも受け付けています。

▶ところ…高柳ガールのスキー場（12月下旬オープン予定）

▶申し込み…12月5日(火)9:00以降、電話でこども自然王国へ。

#### スキーようちえん

▶とき…1月6日(土)～2月23日(金)祝の土・日曜、祝日  
 10:00～、13:30～  
 (各回1時間)

▶対象…5歳以上の未就学児

▶定員…各回10人(先着)

▶参加料…千円

※講師はこども自然王国のプレイリーダー。

※リフトには乗りません。

※積雪や天候状況、主催イベントのため日程が変更になる場合があります。詳細はホームページ、または電話でご確認ください。



#### スキー講習

▶とき…1月6日(土)～2月23日(金)祝の土・日曜、祝日  
 10:00～、13:30～  
 (各回2時間)

▶対象…小学生以上（保護者同伴の場合は未就学児も可）

▶定員…各回15人(先着)

▶参加料…2,500円(リフト料込み)

※未就学児は1人3千円。

※午前午後両方参加で4千円

※講師は米峰スキー連盟。