

マザーズ就職相談会

市内事業者による企業説明や個別相談の他、ハローワークによる就職活動の相談、保育制度に関する相談も受けられます。キッズスペースもあり、お子さん連れでも安心して参加できます（お子さんの見守りは保護者の方でお願いします）。

時 9月30日(木) 10:00～正午

所 元気館「きりん」プレイルーム

対 子育てと両立しやすい仕事への再就職・転職を考えている子育て中の方

定 15人（先着）

申 9月25日(金)までに二次元コードから

問 商業観光課

TEL 21-2335

FAX 22-5904



親子ヨガ体験会

時 10月7日(木) 10:00～11:00
(9:40～受け付け)

所 アクアパーク

対 2歳以下の未就園児とその保護者

定 12組（先着、最少催行6組）

料 千円（当日支払い）

▶持ち物…タオル、飲み物、ヨガマット（無料貸し出しあり）

申 9月16日(水) 9:00～27日(日)

※申し込みなどの詳細はアクアパーク **HP** をご確認ください。



問 アクアパーク

TEL 22-5555

FAX 22-0766



健康



障がいのある方を対象に お口の相談会を行います

歯科医師に歯や口の心配事を個別に相談できます。車いすでの参加、家族や支援者だけの参加もできます。

時 9月17日(木) 13:30～15:30
(最終受け付け 15:00)

所 健康管理センター

申 前日までに、電話またはファクス（住所・氏名・電話番号・希望の時間を記入）

問 健康推進課

TEL 20-4213

FAX 22-1077



講座・教室



ワーク & ライフセミナー 地域で生きる。地域と生きる

地域の課題解決や新しい働き方について考えるセミナーです。地域のために何か取り組みたい、自分らしい働き方を考えたい方、ぜひご参加ください。

●第1部＝基調講演「協同の力で地域をささえる 労働者協同組合という選択肢」

講師：江花和郎さん（にいがた協同ネット事務局）

●第2部＝トークセッション「私たちの地域との関わり方 柏崎で活躍する実践者たち」

時 10月3日(土) 14:30～16:30
(14:00開場)

所 文化会館アルフォーレ

定 70人（先着）

申 9月18日(金)までに電話または二次元コードから

問 柏崎地区労働者福祉協議会

TEL 080-7071-0506



親子で学ぶ緊急時対応講習会

家族や大切な人を守るため、日常生活での緊急時の対応を親子で学びます。いざという時に備える講座です。

時 10月24日(土) 10:00～11:00
(9:40～受け付け)

所 アクアパーク

対 小学生とその保護者

※保護者1人につき小学生2人まで。

定 12組（先着、最少催行6組）

料 1組500円（当日支払い）

▶持ち物…筆記用具

申 10月1日(木) 10:00～15日(木) ※申し込みなどの詳細はアクアパーク **HP** をご確認ください。

問 アクアパーク

TEL 22-5555

FAX 22-0766



防災士養成講座

防災の専門的な知識・技能を学ぶ講座です。

時 11月14日(土)～15日(日)
9:00～18:00

所 市役所1階多目的室

対 市内に住所があり、地域（自主防災会やコミュニティ協議会）または市内の事業所から推薦を受けた方

定 50人（先着）

料 8千円（資格取得試験受験料・資格認証登録料）

申 10月9日(金)までに、二次元コードから、または申込書を持参または郵送・ファクス

▶注意…●申込者に課題を送付します。講座初日に提出してください

●定員を超過した場合は、防災士未所属団体の申込者を優先します

●防災士の資格取得には、普通救命講習の修了が必要です。希望者は11月1日(日)・21日(土)に消防本部で受講できます

問 市民活動支援課

(市役所3階)

TEL 43-9127

FAX 22-5904





アクアパークの教室（10～12月）

問 アクアパーク

TEL22-5555

FAX22-0766



【申】9月14日(月)9:00以降、申込書と受講料をアクアパーク窓口へ（先着）

※申込書は9月7日(月)からアクアパーク・スポーツハウスで配布します。

▶教室体験（予約制・先着）…①～③の教室1人1回（施設利用料と受講料200円）

▶注意…●電話・ファクスでの申し込みは不可 ●受講料の他に毎回施設利用料が必要

第3期スポーツ教室

①②の
会場 A：アクアパーク
S：スポーツハウス

①

水中歩行・アクアビクス（全10回）

月 水中歩行月曜コース（成人） 10/5～12/21 13:00～（4,500円）	A
水 水中歩行水曜コース（成人） 10/14～12/23 13:00～（4,500円）	A
金 水中歩行金曜コース（成人） 10/9～12/18 13:00～（4,500円）	A
水 アクアビクス水曜コース1組（成人） 10/14～12/23 10:00～（4,500円）	A
水 アクアビクス水曜コース2組（成人） 10/14～12/23 11:00～（4,500円）	A
金 アクアビクス金曜コース（成人） 10/9～12/18 10:00～（4,500円）	A
木 たのしく水中運動（中学生以上） 10/8～12/17 19:00～（4,500円）	A

②

一般水泳（全10回）

月 月曜午前コース（成人） 10/5～12/21 10:30～（5,100円）	S
月 月曜ナイトコース（中学生以上） 10/5～12/21 19:00～（4,500円）	A
水 水初級コース（中学生以上） 10/7～12/16 19:00～（4,500円）	A
木 ニコニコ水泳コース（50歳以上） 10/8～12/17 10:30～（5,100円）	A S
木 エンジョイナイト（中学生以上） 10/8～12/17 18:00～（4,500円）	A
金 金曜デイコース（成人） 10/9～12/18 10:30～（5,100円）	S
金 金曜ナイトコース1組（中学生以上） 10/9～12/18 18:00～（4,500円）	A
金 金曜ナイトコース2組（中学生以上） 10/9～12/18 19:00～（4,500円）	A
土 親子水泳教室（年少～年長児の親子） 10/10～12/19 10:00～（5,100円）	A

③

体操教室（全10回）

所 スポーツハウス
時 9:30～（4,000円）

月 リズム体操教室
（ソフトエアロ）
10/5～12/21

火 いきいき健康体操教室
（成人）10/13～12/22

金 女性健康体操教室
（成人女性）
10/16～12/18

フリーに参加できる1回
コース（申し込み不要）

所 アクアパーク

料 1回450円

※祝日、11/4(水)は休講。
※12/25(金)以降は冬休み営業のため休講。

月 水 水中お散歩デイク
コース 10/5～12/23
14:30～

水 金 水中お散歩ナイト
コース 10/2～12/23
19:00～



めだか水泳教室・ ジュニア水泳教室



▶注意…申し込みは参加者1人につき1組・コースのみ。

ホームページからも申し込めます

9月16日(水)10:00開始。

右の二次元コードから ※受講料の
支払いは事前にアクアパーク窓口へ。

申し込み



ジュニア水泳教室（全10回）

対 小・中学生



詳細は [HP](#) をご覧ください▶

めだか水泳教室（全10回）

対 正しいクロールで25m泳げない小・中学生

定 各組40人（予定）

料 6,500円（別途、施設利用料が毎回必要）

▶会場・施設利用料

A：アクアパーク（1回300円）

S：スポーツハウス（1回190円）

組	とき	会場
水	10/7～12/16 17:00～18:00	A
金	10/16～12/18 17:00～18:00	A
土	10/10～12/19 10:30～11:30	S
日	10/4～12/20 9:30～10:30	S

総合体育館の各種教室（10～12月）

総合体育館

TEL21-3751

FAX21-3753



申 9月15日(火)9:00以降、受講料を総合体育館窓口へ（先着）

※9月15日(火)は休館日のため、受け付けは13:00まで。

▶注意…●電話・ファクスでの申し込みは不可 ●受講料の他に、毎回施設利用料（期間券・回数券あり）が必要

※9月22日(火)(休)までの申し込み数によって開催を検討します。申し込みはお早めに！

月健康維持エクササイズ（中・高齢者） 10/5～12/21 9:45～（4,050円）
月かんたんステップ（初級） 10/5～12/28 11:00～（4,500円）
月体幹（コア）運動 10/5～12/28 10:00～（4,500円）
月体調改善コンディショニング 10/5～12/28 13:30～（4,500円）
月チャレンジステップ 10/5～12/28 18:45～（4,500円）
月楽しくフラダンス 10/5～12/21 19:30～（4,050円）
月楽しくタヒチアンダンス 10/5～12/21 20:20～（4,050円）
月かんたんエアロ 10/5～12/21 20:00～（4,500円）
月ラージボール卓球 10/5～12/21 10:00～（6,400円）

火エンジョイエアロ（初級） 10/6～12/22 9:50～（3,600円）
火かんたんヨガ 10/6～12/22 11:00～（3,600円）
火ゆっくりエアロ 10/6～12/22 13:30～（3,600円）
火ジュニアヒップホップ 10/6～12/22 19:00～（3,600円）
火ZUMBA®（ズンバ）① 10/6～12/22 18:30～（3,600円）
火ZUMBA®（ズンバ）② 10/6～12/22 20:00～（3,600円）
水ヨガ（午前） 10/7～12/16 9:50～（4,500円）
水ZUMBA®（ズンバ） 10/7～12/16 11:00～（4,500円）
水リラックスヨガ 10/7～12/9 19:00～（4,500円）

水脂肪燃焼エアロ 10/7～12/9 20:10～（4,500円）
水ラージボール卓球 10/7～12/23 10:00～（7,200円）
木てくてくステップ（初級） 10/8～12/17 9:45～（4,500円）
木体幹（コア）運動 10/1～12/10 11:00～（4,500円）
木やさしいヨガ（初級） 10/8～12/17 20:00～（4,500円）
金そふとエアロ（45歳以上） 10/2～12/11 9:40～（4,500円）
金姿勢改善ピラティス 10/2～12/25 11:00～（4,500円）
金シェイプアップエアロ 10/2～12/11 13:30～（4,500円）
金シニアスポーツ（中・高齢者） 10/9～12/18 10:00～（4,050円）

ワークプラザ柏崎 各種教室

ワークプラザ柏崎

TEL24-8578 FAX41-4077

 詳細は
こちら▶


申 9月7日(月)9:00以降、窓口または電話（先着）

※別途教材費がかかる場合があります。

※⑤は13:00～17:00のうち2時間程度。⑧⑬⑭は少人数制。⑮⑯は同じ内容。

月ピラティス（全9回） ① 10/5～12/21 10:30～（4,500円）
月キッズヒップホップダンス（月4回） ② 10/5～12/21 16:30～（月5,000円）
火はじめてのウクレレ教室【昼間】（全6回） ③ 10/6～12/15 10:30～（1回1,500円）
火はじめてのウクレレ教室【夜間】（全6回） ④ 10/6～12/15 19:00～（1回1,500円）
火書道（かな）（全9回） ⑤ 10/6～12/22 13:00～（6,300円）
水スマホもっと活用教室（全6回） ⑥ 10/14～12/23 14:00～（1回1,000円）
水3B体操（月3回） ⑦ 10/7～12/16 10:30～（月3,000円）
水筋力UP基礎ヨガ（月4回） ⑧ 10/7～12/23 13:30～（月5,000円）
水太極拳（全9回） ⑨ 10/14～12/23 19:45～（4,500円）

木骨盤呼吸体操（全10回） ⑩ 10/1～12/17 10:30～（5,000円）
木バレエ5歳以上（月4回） ⑪ 10/1～12/24 16:30～（月6,000円）
木バレエ7歳以上（月4回） ⑫ 10/1～12/24 17:20～（月6,000円）
木ジュニアダンス【中級】（月3回） ⑬ 10/8～12/17 18:00～（月3,300円）
金チアダンス（月2回） ⑭ 10/9～12/18 17:30～（月3,400円）
金安眠・夜の香りヨガA（月2回） ⑮ 10/2～12/18 20:00～（月3,500円）
金安眠・夜の香りヨガB（月2回） ⑯ 10/9～12/25 20:00～（月3,500円）
金初めてのやさしいピアノ教室（全6回） ⑰ 10/9～11/20 10:30～（7,700円）
土ジュニアダンス【初級】（月3回） ⑱ 10/3～12/19 14:00～（月3,300円）

申し込み不要の教室

当日会場へ

月やさしいフィットネス 10/5～12/28 9:45～（1回600円）
月ZUMBA® 10/5～12/28 11:00～（1回600円）
火ゆっくり踏み台体操 10/6～12/22 10:00～（1回500円）
木やさしいフィットネス 10/1～12/24 10:00～（1回600円）
金のびのび体操 10/2～12/25 10:00～（1回500円）
金いきいき太極拳 10/2～12/25 13:30～（1回500円）

笑って学ぶ 人生いきいき落語会

落語を通して、今どきの働き方や子育て、家族の変化を楽しく学びます。地域や家庭で互いを支え合うヒントを見つけてみませんか。

講 みなとや えんしやう 水都家艶笑さん（落語家）

時 10月7日(水) 14:00～15:30

所 市役所 1 階多目的室

定 40 人（先着）

申 9月30日(木)までに二次元コードから、または電話・はがき・ファクス（住所・氏名・電話番号を記入）



問 人権擁護・男女共生推進課

TEL20-7605

FAX22-5904



かしわざきこども大学 エネルギーのまち、柏崎探求コース

水素をテーマに㈱INPEXJAPANの施設を見学し、市内の次世代エネルギーの取り組みを学びます。

時 10月3日(土) 8:45～正午

▶集合場所…市役所 1 階多目的室

対 小学3～6年生（保護者同伴）

定 15組（先着、30人程度）

申 9月18日(金) 17:00までに二次元コードから

問 学校教育課

TEL 21-2366

FAX 23-0881



かしわざき市民大学

所 市民プラザ **対** 18歳以上（★は高校生世代以上）

申 9月30日(木)までに二次元コードから、または窓

口・Eメール・ファクス・はがき

（講座名・郵便番号・住所・氏名・ふりがな・年代・電話番号を記入）

申し込み



▶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受け付けます
- オンライン申請・メールで申し込み後、10日以内に返信がない場合は電話でお問い合わせください

問 文化・生涯学習課（〒945-0051東本町1-3-24

市民プラザ2階） TEL20-7500 FAX22-2637

✉gakushu@city.kashiwazaki.lg.jp

AIを使えば、毎日の「面倒」が「楽しい」に変わるかも？（全2回）

講 山岸芳夫さん（新潟工科大学教授）

時 10/24(土)・10/31(土) 13:30～15:30

定 20人 **料** 1,000円

“しなやかなこころ”の育て方（全2回）

講 板山稔さん（長岡崇徳大学教授）

時 11/22(日)・11/29(日) 13:30～15:30

定 20人 **料** 1,000円

★地球のタイムトラベラー

最新科学が解き明かす恐竜と地球環境（全1回）

講 藤田和彦さん（福井県立大学教授）

時 12/6(日) 13:30～15:30

定 30人 **料** 500円

JAZZ を気軽に楽しもう！（全2回）

講 ①②水口かずみさん（ジャズピアニスト）

②南雲麻美さん（ジャズサクソプレーヤー）

時 ①11/28(土) ②12/5(土) 13:30～15:30

定 30人 **料** 1,000円

楽しく、長く、続けるための登山術（全2回）

講 春川純一さん（愛山家）

時 11/12(木)・11/19(木) 18:30～20:30

定 20人 **料** 1,000円

越後の妖怪 近くにいるよ!! ご当地妖怪（全2回）

講 ふみまる 高橋郁丸さん（新潟妖怪研究所長・新潟国際情報大学非常勤講師） **定** 30人 **料** 1,000円

時 11/10(木)・11/17(木) 13:30～15:30

※田尻コミセンでも受講可（Zoomの同時配信）。

大人が“楽しむ”“癒される”絵本の世界（全2回）

講 渡邊麻美さん（絵本専門士）

時 11/20(金)・11/27(金) 13:30～15:30

※11/27(金)はソフィアセンター。

定 20人 **料** 1,000円

高齢者向け 体験型交通安全教室

自動車学校指導員による安全運転指導やサポカー体験、反射機能測定などを行います。

時 10月5日(月)9:00～11:30

所 柏崎自動車学校

対 65歳以上で普通自動車免許を有する方

定 24人(抽選)

申 9月24日(木)までに、窓口または電話・ファクス(住所・氏名・ふりがな・年齢・電話番号を記入)



問 柏崎地区交通安全協会

TEL 23-3256

FAX 23-5119



消費生活視察研修

伝統を守りながら新しいことに取り組んでいる染物工場を見学します。新潟駅では、新潟駅周辺整備についてお話を聞きます。

時 11月5日(木)8:10～16:30(予定)

▶集合場所…市役所東玄関

▶見学先…新潟駅、越後亀紬屋藤岡染工場(阿賀野市)

定 25人(先着)

料 昼食代・交通費・保険料込み

●消費者協会会員＝2,500円

●会員以外＝2,800円

申 10月23日(金)までに窓口または電話・ファクス・Eメール(氏名・電話番号を記入)

問 消費者協会事務局(市役所3階市民活動支援課)

TEL 21-2272

FAX 22-5904

✉shien@

city.kashiwazaki.lg.jp



新潟アルビレックスBB ふれあいバスケットボール教室

講 新潟アルビレックスBBスクールコーチ

時 10月14日(水)

●年中園児～小学3年生

＝17:30～18:30

●小学4～6年生＝18:45～19:45

所 総合体育館

定 各クラス10人(先着)

申 10月13日(火)までに、二次元コードから

※受け付け後、担当コーチから連絡します。

問 新潟プロバスケットボール
TEL 0258-86-5700



イベント

かしわざきセントラルビーチ ミートミーティング

肉料理をメインとした飲食出店、^の蜜の市、スケートボード体験、キャンプファイヤーなどを行います。

※雨天順延(9月21日(月)祝)。

時 9月19日(土)11:00～21:00

・20日(日)10:00～17:00



所 問 柏崎セントラルビーチ

TEL 080-7746-3437



アクアパーク感謝祭

レジャープール・浴室・トレーニング室特別料金、キッチンカー、ふわふわ遊具、縁日コーナー、えちゴングッズ販売 他

時 9月13日(日)10:00～18:00

▶注意…9月12日(土)・13日(日)はえちゴングッズ水球大会のため、50m プールは営業しません。



所 問 アクアパーク

TEL 22-5555

FAX 22-0766



痴娯の家「六十歳から表装に魅せられて」

市内在住の佐藤清子さんが、祖母などから受け継いだ着物地や和紙を使って表装した書・絵・絵手紙・短冊・色紙を展示します。作品や色紙などの販売もあります。

時 9月12日(土)～22日(火)(休)

9:30～17:00(水曜休館)

所 問 痴娯の家

TEL 22-0777

北陸バスケットボール選手権大会を観戦しませんか

時 ●一般の部＝9月13日(日)・19日(土)・20日(日)

●高校生の部＝9月19日(土)・20日(日)

所 総合体育館 他

※詳細はHPをご覧ください。

問 北陸バスケットボール選手権大会事務局

TEL 090-8013-6202

