

もよおしのご案内

こどもセンターのもよおし

所高田公園オーレンプラザ 費無料 申問令和2年1月7日☎までにオーレンプラザこどもセンター(☎025-525-0355)へ

●こどもセンター講座「いっしょに考えてみませんか?私の子育て」
しつけの悩み、ストレスの解消などをテーマに、育児中の仲間とともに自分に合った子育てを学びます。

時令和2年1月17日☎～2月21日☎の毎週金曜日、午前10時～正午(全6回) 宛3歳までの子どもの保護者で全ての回に参加できる人 定12人(抽選)

保育ルーム有り 宛6カ月以上～就園前 費無料 申講座申込時に

●子育てセミナー「パパと遊ぼう！」
男性保育士を講師に、親子遊びやコミュニケーションの取り方などを子どもと一緒に体験します。

時令和2年1月19日☎午前10時～11時 宛満1歳～1歳半の子どもと父親 定15組(抽選)

もよおしのご案内

ファミリーサポートセンター 提供会員養成講座

子どもの預かりや保育園への送迎など、子育てを応援したい人のための講座です。講座受講後(全3回、8科目)、ファミリーサポートセンターの提供会員として会員登録をすると活動できます。

とき(令和2年)	内容
第1回 2月6日☎ 午前9時～午後0時30分	子ども・子育て家庭の現状 ファミリーサポートセンターの活動について 保育のこころ・世話・遊び 小児看護の基礎知識
第2回 2月13日☎ 午前9時～正午	子どもの事故と応急手当 子どもの栄養と食生活
第3回 2月19日☎ 午前9時～正午	心の発達とその問題 講習をふりかえって

所高田公園オーレンプラザ 定30人(抽選) 費無料 申問令和2年1月26日☎までに上越市ファミリーサポートセンター(☎025-521-4010)へ

保育ルーム有り 宛6カ月以上～就園前 定5人(抽選) 費無料 申講座申込時に

新春初泳ぎレクリエーション
ゲームを楽しみながら新春初泳ぎをします。

時令和2年1月4日☎午前10時

高田城三重櫓のライトアップ
時12月31日☎日没～令和2年1月1日☎・☎午前2時 高田城三重櫓(☎025-526-5915)または文化振興課(☎025-526-6903)

第5回上越市親の会
子どもに関するさまざまな悩み(不登校やネット依存など)を持つ保護者の皆さんの会です。

30分～正午 宛おむつの取れた幼児および小・中学生(未就学児は保護者が同伴してください) 費無料(当日は一般も無し) 申不要 所問オールシーズンプール(☎025-524-3130)

令和2年1月11日☎午後1時30分～3時30分 宛市民プラザ 費無料 宛青少年健全育成センター(☎025-544-490)

お互いの悩みを出し合い、懇談することで解決への一歩を踏み出ませんか。カウンセラーも出席し、希望があれば個別相談も可能です。詳しくは市ホームページおよび各総合事務所、南北出張所にある開催案内をご覧ください。

時令和2年1月11日☎午後1時30分～3時30分 宛市民プラザ 費無料 宛青少年健全育成センター(☎025-544-490)

こちらは有料広告欄です

もよおしのご案内

リージョンプラザ上越のもよおし

●スケート教室(2月、3月開催分)

申し込みは、往復はがきの往信裏面に「スケート教室申込み」と明記の上、①希望の月とコース名、②郵便番号、③住所、④氏名(ふりがな)、⑤年齢、⑥性別、⑦小・中学生は学校名と学年、⑧電話番号を記入し、各申込締切日までに申込先へ。窓口で申し込む場合は、返信用はがきを持参してください。開講最低人数に達しないコースは、開講を見合わせる場合があります。なお、次月以降の受講も希望する人は、窓口で手続きをしてください。

申○2月開催分=令和2年1月19日☎まで、○3月開催分=令和2年2月16日☎まで(いずれも当日消印有効)に申込先へ

番号	コース名	対象	開催日(令和2年)	時間	定員	受講料
A	初心者 土曜	小学生以上	2月 8、15、22、29 3月*1 7、14、21	16:00～17:00	各月30人(抽選)	○幼児、小・中学生 4,000円(*1印は3,000円) ○高校生以上 6,000円(*1印は4,500円)
B	初心者 日曜		2月 2*2、9、16、23 3月 1、8、15、22			
C	幼児 土曜	4歳以上の幼児	2月 8、15、22、29 3月*1 7、14、21	10:30～11:15		
D	幼児 木曜		2月 6、13、20、27 3月 5、12、19、26			
E	レディース・シニア 初心者 水曜	女性または50歳以上の男性	2月 5、12、19、26 3月 4、11、18、25	10:30～11:30		
F	中級・中級幼児 日曜	初心者コースをクリアした人	2月 2、9、16、23 3月 1、8、15、22			

*2 B初心者日曜コースの2月2日の時間は、14:30～15:30

●硬式テニス教室

申し込みは、往復はがきの往信裏面に「テニス教室申込み」と明記の上、①郵便番号、②住所、③氏名(ふりがな)、④年齢、⑤電話番号を記入し、令和2年1月24日☎(当日消印有効)までに申込先へ。窓口で申し込む場合は、返信用はがきを持参してください。

コース名	開催日(令和2年)	時間	定員	受講料
初心者、初級者、初中級者	1月 28、30	10:00～12:00	30人(抽選)	5,600円
	2月 4、6、13、20			
	3月 5、10、12、17			

●リージョンプラザ上越 1日限りの吹奏楽部

久しぶりに楽器を演奏したい人、楽器を始めようと思っている人、大人で演奏してみたい人などが対象です。楽器ごとに練習した後、成果発表を行います。

時令和2年2月23日☎・☎午後0時30分～5時 定50人(申込順) 費2,000円(楽器をレンタルする場合は3,000円)

申問令和2年1月6日☎以降に電話で、申込先または二葉楽器(☎025-525-1105)へ。二葉楽器ホームページからも申し込みできます

ところ・申し込み・問合せ…リージョンプラザ上越(〒942-0063 下門前446-2、☎025-544-2122)

もよおしのご案内

働く女性の活躍を推進するための法律・制度

働く女性の活躍を推進するための法律・制度について学び、今後の働き方を考えるセミナーです。



時令和2年2月3日
☎午後2時～4時 所高田公園オーレンプラザ 宛女性労働者、関心のある人 定50人(抽選) 費無料 宛八巻裕香さん(特定社会保険労務士、オフィスヤマキ代表) 申問令和2年1月29日☎までに産業政策課(☎025-526-5111、内線1266)へ

もよおしのご案内

正善寺工房「加工体験教室」

- 旬のおもてなし料理教室
時令和2年1月8日☎午前10時～ 定15人 費1,850円
- そば打ち体験教室
時1月11日☎午前10時～ 定15人 費2,150円
- イタリア料理教室
時1月14日☎午前10時～ 定15人 費2,050円
- 親子で楽しく体験教室(メキシカンタコス作り)
時1月18日☎午前10時～ 定親子9組 費2,050円
- 簡単節約料理教室
時1月29日☎午前10時～ 定15人 費1,700円
- 味噌作り体験
時毎週水曜日 午後1時30分～2時30分 費5kg・4,200円



ところ・申し込み・問合せ…正善寺工房(☎025-523-0621)へ