

サポカー試乗体験会

衝突被害軽減ブレーキなど、安全運転サポート車（サポカー）を体験してみませんか。当日は、自動車学校の指導員による運転アドバイスや最新のドライブレコーダーを紹介するほか、警察官による交通事故防止の講話を行います。

時10月15日⑨午後1時30分～3時30分（予定） **所**上越自動車学校 **対**運転免許証取得者 **定**15人程度（抽選） **申**10月12日⑩までに市民安全課（☎025・520・5661）

Vitality 上越ウォーク

ウォーキングやジョギングなどを行い、スマートフォン専用アプリ「Vitality」と連動させることでポイントを獲得できます。

毎週設定される目標ポイントを達成すると、コーヒーショップのチケットやコンビニ商品の引換券などが必ずもらえます。

※市と包括的連携協定を結んでいる住友生命保険相互会



社の協力の下、実施。

時10月30日⑨～12月24日⑩ **対**18歳以上の市民 **定**200人（申込順） **申**10月23日⑨～29日⑩の間に、応募フォームから。申込期間中に開催する、「Vitality」登録サポカー会への参加も希望する場合は、その旨併せて申し込み **関**健康づくり推進課（☎025・520・5841）

詳しくは



除雪作業安全啓発講習会

例年、除雪中の事故が多数発生しています。除雪を安全に行うための装備を着用する体験や除雪機の正しい取り扱い方法の学習などを通じ、除雪作業の安全性を考えます。

時11月19日⑩ ①午前10時～正午（名立区総合事務所）、②午後2時～4時（カルチャーセンター） **定**各20人（抽選） **申**10月27日⑩までに危機管理課（☎025・520・5665）

上越市シニア作品展

60歳以上の市民の皆さんの

趣味活動の作品（書道、水彩画、陶芸、パッチワーク、編み物、水墨画、盆栽など）を一室に集めて展示します。日々の趣味活動の成果を、ぜひご覧ください。

時10月13日⑩～16日⑩の午前9時～午後5時※最終日は正午まで **所**市民プラザ **関**高齢者支援課（☎025・520・5708）

詳しくは



高齢者による趣味の作品展

高齢者の趣味活動や創作活動の作品を展示しています。展示は1～2週間前後で入れ替えを行っており、誰でも無料で鑑賞できます。

所○福祉交流プラザ（寺町2） **時**○直江津ふれあい館（直江津小学校1階） **時**○午後6時 **関**高齢者支援課（☎025・520・5708）

詳しくは



訪問型サービスB有償ボランティア養成講座

高齢者を対象に市が行う訪

問型の生活支援サービス（話し相手や安否確認、家事援助）を担う有償ボランティアを養成します。

時10月25日⑩午前10時～午後3時 **所**ユートピアくびき希望館 **申**10月24日⑩までにステイック事務局（株）リボン内、☎025・523・700）

初めて子育て

子どもセンター赤ちゃんと一緒BP（ベビープログラム）講座

を行う母親を対象とした講座で、赤ちゃんと一緒に楽しく学ぶことができます。

時11月20日～12月11日の毎月曜日、午前10時～正午（全4回） **所**市民プラザ **対**令和5年7月生まれ～9月生まれの第1子とその母親 **定**12組（抽選） **費**1100円（テキスト代） **申**11月6日⑩までにオーレンプラザ子どもセンター（☎025・525・0355）



福祉交流プラザふれあいフェスタ

福祉交流プラザ内の事業所

の活動内容紹介や利用者の作品展示、市内福祉事業所による物品販売を行うほか、音楽演奏、バルーン体験などを行います。

時10月28日⑩午前9時～正午 **所**福祉交流プラザ **関**すこやかセンター **申**10月25日⑩までに（☎025・526・5623）

詳しくは



第18回越後・謙信SAKEまつり2023

上越地域の日本酒をはじめ、さまざまなお酒を本町商店街に一堂に集めて試飲・販売します。今回は過去最多の31蔵が参加します。地元グルメも多数出店しますので、お酒を飲む人も飲まない人も楽しめます。

時10月21日⑩午前11時～午後7時、22日⑩午前10時～午後4時 **所**本町商店街 **関**越後・謙信SAKEまつり実行委員会事務局（☎025・521・2627）



詳しくは

