

正善寺工房「加工体験教室」

申問申し込み方法や定員など詳しくは、正善寺工房（☎025・523・0621）

●たぐあん漬け教室

時 12月6日（金）午前10時～

費 650円（材料費別途）

●減塩レシピ

クリスマス料理教室

時 12月7日（土）午前10時～

費 2000円

●そば打ち教室

時 12月14日（土）午前9時30分～

費 2200円

●旬の地場野菜料理教室

時 12月17日（火）午前10時～

費 1800円

●キムチ作り教室

時 12月18日（水）午前10時～

費 1600円

●ハリハリ漬け教室

時 12月24日（火）午前10時～

費 2000円

●そば打ち教室

時 令和7年1月11日（土）午前9時30分～

費 2200円

認知症の人と家族の会「つどい」

認知症の人や介護家族、認知症の介護に関心がある人で情報交換や悩みなどを聞きます。

時 12月21日（土）午後1時30分～3時30分

所 市民プラザ

費 2000円 問 認知症の人と

家族の会新潟県支部上越地区

田中さん（☎090・1423・0675）

上越科学館のもよおし

所 申問 上越科学館（☎&FAX

025・544・3939）

費 無料（入館料別途）

●新春特別企画「新春！初工作」

科学遊びと正月を掛け合わせた工作などを行います。

時 令和7年1月2日（土）5日

⑨午前9時～午後5時（最終入館は午後4時30分）

●ミニ特別展「高橋和真。パッ

ケージクラフト展 空箱工

作進化形Ⅱ」

時 12月21日（土）令和7年2月

2日（土）午前9

時～午後5時

（最終入館は

午後4時30分）

詳しくは



上越人材ハイスクール 受講生募集

○エクセル基礎

○ワード・エクセルコース

○日商PC検定 文章作成

級別2級・3級

○日商PC検定 データ活用

級別2級・3級

○JWICAD

申問 上越人材ハ

イスクール（☎

025・523・

2690）

詳しくは



上越テクノスクール オープンキャンパス

施設内で実施している職業

訓練の説明と、施設の見学を

行います。※申し込みが必要

時 12月14日（土）、令和7年1月

18日（土）、2月15日（土）の午後1

時30分～3時 申問 上越テク

ノスクール（☎025・54

5・2190）

普通救命講習

成人の心肺蘇生法、異物除

去、止血法などを学びます。

時 令和7年1月19日（土）午前9

時～正午 所 上越地域消防局

定 30人（申込順） 申問 12月

30日（土）～1月5日（土）の間に上

越消防署（☎025・544・

0119）

さいがた医療センター 市民公開講座

年齢とともに筋力や心身の

活力が低下し、介護が必要に

なりやすい虚弱な状態「フレ

イル」について理解を深め、そ

の予防について学ぶ講座です。

時 12月14日（土）午後1時～2時

30分 所 市民プラザ 講 NH

○さいがた医療センター摂食

嚥下障害看護認定看護師・山

口和幸氏ほか 定 100人（当

日先着順） 問 NH○さいが

た医療センター（☎025・

534・3131）

ズバツと解決上越 第12回お困りごと相談会

●困りごと相談

不用品買取処分、パソコ

ンIT、法律相談その他暮ら

しのお困り事などについて、

それぞれの専門家が相談に応

じます。

●ミニ講座

○知って得するスマホ・パソ

コンの知識

○ネットオークション、フリ

マアプリの便利な活用法

○SDGsと屋根材

時 12月15日（土）午後1時～4時

所 市民プラザ 他 当日参加も

可能ですが、事前に申し込み

した人を優先します 申問 ズ

バツと解決上越事務局（☎0

80・253

4・3734）

詳しくは



お知らせ

もよおし・講座

募集

無料相談