

お知らせ

もよおし・講座

募集

無料相談

親子運動あそび教室

親子と一緒に、組運動やタオルを使った運動あそびを楽しみます。

時 5月17日(日)午前10時～11時

所 高田スポーツセンター

対 3～5歳児とその保護者

定 15組(抽選) 費 2000円(1組)

申 4月27日(日)までに、市ホームページまたはスポーツ推進課(☎025・545・9246、

✉sports.k@city.joetsu.ig.jp)



春季 初中級テニス教室

時 5月13日、7月29日の間の水曜日、午後7時～9時



(5月27日(日)、7月8日(日)を除く全10回)

所 リージョンプラザ上越

対 18歳以上

定 30人(抽選) 費 9千円(保険料込み)

他 ラケットを持っていない人には貸し出します

申 往復はがき、メールまたは協会ホームページから住所、氏名、年齢、生年月日、電話番号を記入し、4月20日(日)までに上越市テニ

ス協会の植木さん(〒943・0834 西城町2・4・8、☎025・526・1837、✉tatsuchi@themis.ocn.ne.jp)



板倉トランポピクス教室

時 5月7日～7月30日(7月16日を除く)の間の毎週木曜日午前10時～11時

所 板倉農村環境改善センター

対 初心者・初級者向け

定 15人(抽選) 費 6千円(保険料別途)

他 持ち物 運動のできる服装、内履き、水筒、タオル

申 内履き、水筒、タオル

は が き ま た は フ ァ ク シ ミ リ に

「板倉トランポピクス教室参加希望」として氏名、年齢、住所、電話番号を4月29日(日)までに新潟県トランポピクス協会の畔上さん(〒944・0111 板倉区宮島64、☎・FAX 0255・78・3087)

上越弓道連盟「弓道教室」

時 5月18日～7月22日までの毎週月・水曜日(全20回)

午前10時～正午、午後7時～9時のいずれか

〇見学会 4月13日(日)、15日(日)の午前10時～、午後7時～ 各1時間

程度 所 高田城址公園弓道場

対 高校生以上

定 〇午前の部 110人、〇午後の部 15人(いずれも抽選)

費 1万円(弓道具、会場使用料を含む)

※ 保険料別途

他 持ち物 動きやすい服装、靴下または白足袋、タオル、飲み物

申 見学会に出席後

〇上越弓道連盟の阿部さん(☎025・523・5777) ※電話は午前のみ

第6回上越クラフトキャラバン

クラフトキャラバン

2024年の高田城址公園観桜会を舞台に始まった「上越クラフトキャラバン」では、個人的な作家によるクラフト・ハンドメイド作品の販売、ワークショップを楽しめます。

時 4月4日(日)、5日(日)午前10時～午後3時30分

所 上越妙高駅

〇上越クラフトキャラバン実行委員会(✉j.craft.caravan@gmail.com)



お仕事興味・自己分析ワークショップ

仕事探しのポイントや、自分のできる仕事・やりたい仕事をを見つけるためのワーク

シヨップです。

時 5月18日(日)午後2時～4時

所 ハローワーク上越

対 15～49歳の就労に悩みを抱えている人

定 10人(申込順)

申 4月6日(日)～5月15日(金)の間に上越地域若者サポートステーション(☎025・524・3185、✉info@j-sapsute.jp)

上越市立水族博物館「うみがたり」の「もよおし」

サクラ咲く 春のうみがたり2026

「息吹き」をテーマに新しい季節の始まりに合わせ、生きものの生き生きとした様子や躍動感を感じられる展示やイベントを実施中です。

「うみがたり大水槽」には花さかダイバーが登場し、魚たちにエサを与えます。また、3階ロビーには春の景色を表現した「和水槽」が登場します。

時 4月19日(日)まで

所 〇上越市立水族博物館(☎025・543・2449)



野鳥かんさつ教室

自然豊かな清里区坊ヶ池周辺で、野鳥などについて解説を聞きながら観察します。

時 4月25日(土)、5月30日(土)午前9時～正午(全2回)

所 清里区坊ヶ池周辺(集合場所 上越清里星のふるさと館駐車場)

定 20人(申込順)

費 小・中学生80円、大人480円(全2回分を初回に持参)

申 4月6日(日)以降に清里地区公民館(清里区総合事務所内、☎025・528・3125)



鵜の浜人魚館健康教室

4月から、大人向けの水泳やヨガ、トランポピクスなどの健康教室を開講します。

教室名、日程、参加費、定員など、詳しくは人魚館ホームページをご覧ください。

申 〇鵜の浜人魚館(☎025・534・6211)

