

「私ほらしく歩いて行こう！  
「いつでもカフェ」

暮らしのこと、からだや心のことなど、一緒にお話ししませんか。

時 5月13日㊤、28日㊤両日とも午前10時〜正午 所 スターバックスコヒー上越店(下門前) 定15人(申込順) 費 無料(飲み物は各自店内で購入) 申 5月5日㊤・㊤㊤開催日前日までにリポーン地域包括支援センター(☎025・530・7802)

「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を対象に情報交換を行うほか、認知症や介護に関する悩みなどを共有します。

時 5月16日㊤午後1時30分〜3時30分 所 市民プラザ 費 200円 関 認知症の人と家族の会新潟県支部上越地区の田中さん(☎090・1423・0675)



お知らせ

「心の扉が開く対話力」  
研修会

話の温かい聞き方、心に届く話し方のコツを学び、建設的な話し合いに必要な「対話力」を磨く研修会です。8カ月間で8回の講座を受講します。

時 所 初回㊥5月24日㊤午前10時〜正午・市民プラザ 午後2時〜4時・オンライン 日 ㊤午前10時〜正午・オンラインのいずれかを選択 他 6月以降の日程は初回にお伝えします(毎月開催の3回から1回を選択) 定 各回10人(申込順) 費 1講座当たり㊥一般1000円、学生500円 申 5月5日㊤・㊤㊤各回開催前日までに対話絆塾の北川さん(☎090・4248・9675)



詳しくは



もよおし・講座

「花の輪・人の輪・みんなの花展」  
いけばな小原流上越支部花展

日本の伝統文化である、いけばなの作品を展示します。

時 5月30日㊤午前10時〜午後6時、31日㊤午前10時〜午後5時 所 市民プラザ 関 小原流上越支部の川上さん(☎025・522・2551)



上越市民吹奏楽団  
第42回定期演奏会

指揮者編曲による「アイネ・クライネ・ナハトムジーク」など、クラシック、ポップスの名曲・人気曲を吹奏楽の迫力ある演奏でお届けします。

時 6月28日㊤午後2時(午後1時30分開場) 所 オーレンプラザ 費 一般1000円、高校生以下500円(未就学児入場不可)※チケットはオーレンプラザなどで販売 他 指揮㊥ストヤーンフ・慕井湖さん、綿貫英紀さん 関 上越市民吹奏楽団の綿貫さん(☎025・530・8013)

募集

スペシャルコンサートin  
にいがた2026

東海大学付属高輪台高校吹奏楽部による演奏のほか、地元の中学生や高田北城高校、中越高校、帝京長岡高校、新潟湊高校(富山県)の各高校の吹奏楽部との合同演奏などを行います。

時 1回目㊥6月13日㊤午後6時30分開演(午後6時開場)、2回目㊥14日㊤午後0時30分開演(正午開場) 所 上越文化会館 費 13日㊥2500円、14日㊥3000円(全席指定) 関 実行委員会の市川さん(☎080・6263・1279)



詳しくは



無料相談

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 6月21日㊤午前9時〜正午 所 上越地域消防局 定 20人(申込順) 申 6月1日㊤〜7日㊤の間に上越消防署(☎025・544・0119)



上越人材ハイスクール  
検定・講座

- 建設関連業種新入社員教育
- 職場の安全と危険予知講座
- 日商簿記検定(2級・3級)
- 建設業経理士検定2級
- 秘書検定2級
- もしもし検定3級
- 機械要素
- 伝動装置
- 第2種電気工事士(実技のみ)
- 塗装科(学科免除)
- 配管科(学科免除)
- シニアパソコン入門
- シニアエクセル基礎
- 申 上越人材ハイスクール(☎025・523・2690)



詳しくは