

上越市立公民館 月間事業予定表 令和4年5月

開催日時	講座名	内容	対象	会場	定員	お問合せ先
9日(月曜日) 午前10時～11時30分	こうみんかんの子育て講座(2)	年齢等にあった絵本の選び方や読み聞かせの効果などを学びます。(全5回)	成人	直江津地区公民館 (直江津学びの交流館)	10人	直江津地区公民館 (025-543-2859)
10日(火曜日) 午前10時30分～11時30分	家庭教育ひろば	家庭における生活習慣や子どもとの接し方について学びます。	成人	よしかわ保育園	15人	吉川地区公民館 (025-548-2311)
12日(木曜日) 午前9時30分～11時30分	のんびりノルディックウォーキング教室(3)	自然を楽しみながら、ノルディックウォーキングの基本を学びます。(全4回)	成人	リバーサイドロード	10人	浦川原地区公民館 (025-599-2104)
14日(土曜日) 午前9時～11時30分	植物かんさつ&ひょうほんづくり教室(1)	山から雪が消えるとともに現れる植物の観察や採取をして、標本を作ります。(全4回)	親子	ビュー京ヶ岳	20人	清里地区公民館 (025-528-3111)
14日(土曜日) 午前9時30分～11時30分	絵画教室(1)	片貝縄文資料館周辺で妙高山麓の写生をします。(全2回)	成人	片貝縄文資料館 ほか	10人	中郷地区公民館 (0255-74-2338)
14日(土曜日) 午前10時～11時30分	知ってトクするこうみんかん講座 相続と争族のはなし	相続人を対象として、争族にならないために相続についての基本を学びます。	成人	五智歴史の里会館	15人	直江津地区公民館 (025-543-2859)
14日(土曜日) 午前10時～11時30分	親子読み聞かせ講座(1)	親子で絵本の読み聞かせをします。(全3回)	親子	牧地区公民館 (牧コミュニティプラザ)	-	牧地区公民館 (025-533-5130)
14日(土曜日) 午後2時～2時30分 ※5月は中止します。	土曜広場「絵本のじかん」	地域の読み語りボランティアの方々による絵本の読み聞かせをします。	青少年	有田地区公民館 (カルチャーセンター)	-	有田地区公民館 (025-543-7188)
15日(日曜日) 午前6時30分～8時30分	二貫寺の森わくわくウォッチング(1)	野鳥の観察と春の森の散策をします。(全3回)	青少年	二貫寺の森	20人	諏訪地区公民館 (025-520-2203)
16日(月曜日) 午前10時～11時30分	こうみんかんの子育て講座(3)	乳幼児の怪我や急な発熱等に体調不良時に対するホームケアについて学びます。(全5回)	成人	直江津地区公民館 (直江津学びの交流館)	10人	直江津地区公民館 (025-543-2859)
18日(水曜日) 午前10時～11時30分	健康体操教室(1)	呼吸法を取り入れた体操を学び日頃の健康増進を図ります。(全8回)	成人	中郷コミュニティプラザ	15人	中郷地区公民館 (0255-74-2338)
19日(木曜日) 午前9時30分～11時30分	新聞ちぎり絵教室(1)	葛飾北斎の浮世絵をちぎり絵で作ります。(全3回)	成人	中郷コミュニティプラザ	10人	中郷地区公民館 (0255-74-2338)
20日(金曜日) 午前9時30分～11時	体も脳も若返る ノルディックウォーキング教室 前期(1)	ノルディックウォーキングを楽しみながら、健やかな暮らしと日常生活の健康増進を図ります。(全6回)	成人	大島多目的ホールふれあい館 ほか	30人	大島地区公民館 (025-594-3201)
20日(金曜日) 午前10時～11時30分	出前学級交流会(1)	認知症予防の動きを取り入れながら、懐かしい童謡や唱歌を歌います。(全3回)	成人	牧地区公民館 (牧コミュニティプラザ)	20人	牧地区公民館 (025-533-5130)
21日(土曜日) 午前10時～11時	親子で楽しむやさしいヨガ(1)	親子でヨガを行い、スキンシップや会話を楽しみながら、絆を深めます。(全4回)	親子	浦川原里山地域活性化センター	20人	浦川原地区公民館 (025-599-2104)
23日(月曜日) 午前10時～11時30分	こうみんかんの子育て講座(4)	子どもの発達に合わせた運動遊び、親子でできる触れ合い体操をします。(全5回)	成人	直江津地区公民館 (直江津学びの交流館)	10人	直江津地区公民館 (025-543-2859)

24日(火曜日) 午前9時～正午	見つけて伝える直江津のステキ(1)	これからの学び、直江津のステキを発信するために自分たちでできそうなことを、班ごとに話し合います。(全6回)	成人	直江津地区公民館 (直江津学びの交流館)	15人	直江津地区公民館 (025-543-2859)
24日(火曜日) 午前10時～11時30分	出前学級	草花を育てるポイントを学び、地域の輪を広めます。	成人	牧地区公民館 (牧コミュニティプラザ)	20人	牧地区公民館 (025-533-5130)
25日(水曜日) 午前9時30分～11時30分	ノルディックウォーキング教室(1)	歩いて健康増進、ノルディックウォーキングを学びます。(全4回)	成人	大池いこいの森 ほか	15人	頸城地区公民館 (025-530-2311)
26日(木曜日) 午前9時～正午	故郷 上越市を訪ねる 第一弾	謙信公武道館等見学のほか、講師の方から、謙信公の見た頸城、出土品からたどる上越の歴史などを学びます。	成人	謙信公武道館 ほか	20人	谷浜・桑取地区公民館 (025-546-2002)
26日(木曜日) 午前9時30分～11時30分	のんびりノルディックウォーキング教室(1)	自然を楽しみながら、ノルディックウォーキングの基本を学びます。(全4回)	成人	リバーサイドロード	10人	浦川原地区公民館 (025-599-2104)
26日(木曜日) 午前10時～正午	大人の楽習塾(1)	環境保全地域の海岸植物を観察し、漂着物のゴミ拾いをします。(全6回)	成人	柿崎海岸	20人	柿崎地区公民館 (025-536-3823)
27日(金曜日) 午前9時30分～11時	体も脳も若返る ノルディックウォーキング教室 前期(2)	ノルディックウォーキングや天候に応じてニュースポーツを楽しみながら、健やかな暮らしと日常生活の健康増進を図ります。(全6回)	成人	大島多目的ホールふれあい館 ほか	30人	大島地区公民館 (025-594-3201)
28日(土曜日) 午前9時30分～11時30分	大人と子どものピアノ教室(1)	講師と課題曲を決めて練習します。(全11回)	どなたでも	中郷地区公民館 (はーとびあ中郷)	8人	中郷地区公民館 (0255-74-2338)
28日(土曜日) 午後7時～9時	春の星空かんさつ(1)	春に見える星座や星雲、二重星を観察します。(全4回)	親子	上越清里星のふるさと館	20人	清里地区公民館 (025-528-3111)
30日(月曜日) 午前10時～11時30分	つながる春日(1)	親子コンサートを通して、地域の方々とふれあい交流します。(全4回)	親子	春日地区公民館 (春日謙信交流館)	30人	春日地区公民館 (025-521-2066)
30日(月曜日) 午前10時～11時30分	こうみんかんの子育て講座(5)	これまでの学びを振り返りながら、これからも自分らしく楽しみながら子育てをするために大切にしたいことを考え合います。(全5回)	成人	直江津地区公民館 (直江津学びの交流館)	10人	直江津地区公民館 (025-543-2859)