

上越市立公民館 月間事業予定表 令和5年8月

開催日時	講座名	内容	対象	会場	定員	お問合せ先
1日(火曜日) 午前9時～午後4時	夏休み子どもつどいのひろば	公民館の無料スペースや一室を開放し、自由に遊びや学習に取り組みます。 (7月25日から8月31日まで)注:平日のみ	青少年	八千浦地区公民館 (八千浦交流館はまぐみ)	-	八千浦地区公民館 (025-543-3191)
1日(火曜日) 午前9時～午後4時	夏休み子どもつどいのひろば	図書館や無料スペースを開放し、自由に遊びや学習に取り組みます。 (7月24日から8月24日まで)注:平日のみ、8月3日は除く	青少年	大島地区公民館 (大島就業改善センター)	-	大島地区公民館 (025-594-3101)
1日(火曜日) 午前9時30分～11時30分	夏休み子どもつどいのひろば	公民館の一室を開放し、自由に遊びや学習に取り組みます。(全3回) (8月1日、2日、3日)	青少年	保倉地区公民館	-	保倉地区公民館 (025-520-2033)
1日(火曜日) 午前9時30分～11時30分	夏休み子どもつどいのひろば	公民館の一室を開放し、自由に遊びや学習に取り組みます。(全7回) (7月27日、8月1日、4日、7日、10日、21日、24日)	青少年	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)
1日(火曜日) 午前9時30分～11時30分	夏休み子どもつどいのひろば	公民館の一室を開放し、自由に遊びや学習、工作などに取り組みます。(全5回) (7月31日から8月4日まで)	青少年	大潟地区公民館	-	大潟地区公民館 (025-534-4367)
1日(火曜日) 午前10時～11時	こども手話教室(2)	簡単な自己紹介ができるように手話を基礎から学びます。(全4回)	青少年	直江津学びの交流館 (直江津地区公民館)	16人	直江津地区公民館 (025-543-2859)
1日(火曜日) 午前10時～正午	夏休み子どもつどいのひろば	公民館の一室を開放し、自由に遊びや学習に取り組みます。(全3回) (8月1日、10日、17日)	青少年	新道地区公民館	-	新道地区公民館 (025-524-8951)
1日(火曜日) 午後8時～9時	ふるさとのくらし伝承活動(2)	不動産域に伝わる盆踊り「八社五社」「ヨーホイ」を知るために、地域の方から踊り方を習います。(全3回)	どなたでも	不動産域生涯学習センター	-	名立地区公民館 (025-537-2004)
2日(水曜日) 午前9時30分～11時30分	新道キッズ体験教室 守ろう地球の未来(2)	上越市クリーンセンターで施設の見学や、ごみ処理についての話や聞き、地球温暖化や環境汚染などの問題について、日常生活の工夫や地域における活動など、一人一人ができることについて考えます。(全3回)	青少年	上越市クリーンセンター	15人	新道地区公民館 (025-524-8951)
2日(水曜日) 午前9時30分～11時30分	夏休み 宿題お手伝いルーム	夏休みの宿題をするほか、自由研究の相談に乗ります。(全4回) (7月28日、8月2日、23日、25日)	青少年	名立地区公民館 (名立コミュニティプラザ)	-	名立地区公民館 (025-537-2004)
2日(水曜日) 午前9時30分～11時30分	夏休み子どもつどいのひろば	夏休みの宿題をはじめ、1回目はこま回しや、かるた取りなどの昔遊びと絵本の読み聞かせをします。2回目は「すこやかサロン」の参加者と一緒に夏祭りを楽しみます。 (8月2日、3日)	青少年	北諏訪地区公民館	-	北諏訪地区公民館 (025-544-2427)
2日(水曜日) 午前10時～11時	健康体操教室(4)	呼吸法を取り入れ、ゆっくりした体操で気持ちをリフレッシュします。(全8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)
2日(水曜日) 午前10時～11時30分	健康体操教室(5)	一生自分の足で歩ける体づくりを目的に、ストレッチ運動や筋肉増強運動を基礎から学び、毎日の生活に無理なく継続できる運動の方法を身につけます。(全6回)	成人	和田地区公民館	15人	和田地区公民館 (025-522-3261)

2日(水曜日) 午前10時～11時30分	夏休み子どもつどいのひろば	公民館の一室を開放し、自由に遊びや学習に取り組みます。(全3回) (7月26日、8月2日、9日)	青少年	春日地区公民館 (春日謙信交流館)	-	春日地区公民館 (025-521-2066)
3日(木曜日) 午前9時～正午	夏休み工作教室(1)ワイヤートピアリー	発泡スチロールの球体に、花、果物、宇宙人などのワイヤーのパーツを挿して地球儀や樹木を作ります。(全2回)	青少年	三和地区公民館	15人	三和区総合事務所 (025-532-2323)
3日(木曜日) 午前9時～午後3時	夏休み子どもつどいのひろば	公民館を開放し、夏休みの宿題をしたり、簡単な工作を実施します。 (8月3日、4日)	青少年	三和地区公民館	-	三和区総合事務所 (025-532-2323)
3日(木曜日) 午前9時20分～11時30分	わくわくふれあい教室(3)	参加者同士の長期的な関係性を築ききっかけづくりとして、第3回目は、くわどり市民の森で「緑のダム実験」や、「木工作」を行います。(全4回)	青少年	くわどり市民の森	20人	谷浜・桑取地区公民館 (025-546-2002) 直江津地区公民館 (025-543-2859) 八千浦地区公民館 (025-543-3191) 名立地区公民館 (025-537-2004)
3日(木曜日) 午前9時30分～11時30分	夏休み子どもつどいのひろば	公民館の一室を開放し、自由に遊びや学習に取り組みます。3日は「すこやかサロン三郷のみなさんとレクリエーション」、17日は「みんなで電気工作」を行います。(全2回)(8月3日、8月17日)	青少年	三郷地区公民館	-	三郷地区公民館 (025-524-9293)
3日(木曜日) 午前9時30分～11時30分	夏休み子どもつどいのひろば	公民館を開放し、子どもたちの学習や遊びなど、自由に活動できる場所を提供します。(全3回) (7月24日、29日、8月3日)	青少年	津有地区公民館	-	津有地区公民館 (025-524-8948)
3日(木曜日) 午前9時30分～11時30分	夏休み子どもつどいのひろば	公民館内を楽しみながら知ってもらうため、公民館内を巡る「探検クイズラリー」を実施します。	青少年	大島地区公民館 (大島就業改善センター)	-	大島地区公民館 (025-594-3101)
3日(木曜日) 午後2時～3時30分	おとなの手話教室(2)	簡単な自己紹介ができるように手話を基礎から学びます。(全4回)	成人	有田地区公民館 (カルチャーセンター)	10人	有田地区公民館 (025-543-7188)
4日(金曜日) 午前9時～11時40分	大人の楽習塾(1)	高田城址公園観蓮会と、上越市立歴史博物館の企画展「頸城油田の盛衰 日本一の手掘り技術」などを見学します。(全4回)	成人	高田城址公園 ほか	15人	清里地区公民館 (025-528-3111)
4日(金曜日) 午前9時～正午	夏休み工作教室(2)トールペイント	アクリル絵の具を使ってバッグにペイントし、オリジナルバッグを作製します。(全2回)	青少年	三和地区公民館	15人	三和区総合事務所 (025-532-2323)
4日(金曜日) 午前9時～正午	こどもチャレンジ教室(1)	石を削って勾玉をつくり、昔の人の生活を想像します。(全3回)	青少年	釜蓋遺跡ガイダンス	15人	有田地区公民館 (025-543-7188)
4日(金曜日) 午前10時～午後1時	大浦安ふれあい子ども教室(2)	大島、浦川原、安塚3地区の子どもたちが体験交流し、仲間づくりと見聞を広めることを目的として、科学工作(化石消しゴム作り)に取り組むほか、サイエンスショーや上越科学館内を見学し、楽しく科学を学びます。(全3回)	青少年	上越科学館	20人	大島地区公民館 (025-594-3101) 浦川原地区公民館 (025-599-2104) 安塚地区公民館 (025-592-2003)
4日(金曜日) 午後1時30分～3時30分	こうみんかんキッズフェスタ	公民館を開放し、創作・趣味活動の楽しさを体験できる「たいけんひろば」や、郷土や科学などについて楽しみながら学ぶ「あそびのひろば」を通じて、参加者同士の交流を深めます。	青少年	高田地区公民館 (高田城址公園オーレンブラザ)	50人程度	高田地区公民館 (中央公民館) (025-525-1311)

5日(土曜日) 午前9時30分～11時30分	春日チャレンジ隊(2)	上越野菜の魅力を知るとともに、上越野菜を使った料理づくりに挑戦します。(全3回)	青少年	春日地区公民館 (春日謙信交流館)	15人	春日地区公民館 (025-521-2066)
5日(土曜日) 午前9時30分～11時30分	未来へつなぐ郷土料理講座(2)	郷土料理である「ちまき」の作り方の講座に、30～40代の年齢層にも参加頂き、次世代につなげて行きます。(全2回)	成人	金谷地区公民館	15人	金谷地区公民館 (025-524-3105)
5日(土曜日) 午前9時30分～11時30分	現代アート絵画教室(5)	実際に絵を描き、ドローイングの技法について学びます。(全11回)	成人	中郷地区公民館 (はーとびあ中郷)	15人	中郷地区公民館 (0255-74-2338)
5日(土曜日) 午前10時～午後3時	わくわく体験教室	夏祭りにおいて、科学工作を体験します。	青少年	中郷総合体育館	-	中郷地区公民館 (0255-74-2338)
6日(日曜日) 午前9時30分～11時	谷浜・桑取地区の歴史講座(2)	自分の住んでいる谷浜・桑取地区の歴史を学び、教養を高めるきっかけとするとともに講座を通じて参加者同士の交流をします。(全2回)	成人	谷浜・桑取地区公民館	15人	谷浜・桑取地区公民館 (025-546-2002)
7日(月曜日) 午前9時30分～11時30分	水彩画教室(3)	水彩画のポイントを聞きながら、完成に向けて絵を描きます。(全5回)	成人	柿崎地区公民館	15人	柿崎地区公民館 (025-536-3823)
7日(月曜日) 午前9時30分～11時30分	わくわくふれあい教室(4)	参加者同士の長期的な関係性を築ききっかけづくりとして第4回目は、各講座の振り返りと図書館見学を行います。(全4回)	青少年	直江津学びの交流館 (直江津地区公民館)	20人	直江津地区公民館 (025-543-2859) 八千浦地区公民館 (025-543-3191) 谷浜・桑取地区公民館 (025-546-2002) 名立地区公民館 (025-537-2004)
8日(火曜日) 午前9時30分～11時30分	新道キッズ体験教室 守ろう地球の未来(3)	上越マテリアルで施設の見学や、ごみのリサイクルについて話を聞き、地球温暖化や環境汚染などの問題に対する日常生活の工夫や地域における活動など、一人一人ができることについて考えます。(全3回)	青少年	上越マテリアル	15人	新道地区公民館 (025-524-8951)
8日(火曜日) 午前9時30分～11時30分	夏休み子どもつどいのひろば	公民館の一室を開放し、工作や学習に取り組みます。工作は「プラ板キーホルダー」作成と「羽ばたく不思議な紙飛行機」作成に挑戦します。(全2回)(8月8日、10日)	青少年	和田地区公民館	15人	和田地区公民館 (025-522-3261)
8日(火曜日) 午前9時30分～正午	子ども体験教室	上越科学館の施設見学と化石の消しゴム作りを通して、自分の住んでいる地域の良さを知り、仲間と協力することの大切さを学びます。	青少年	上越科学館	15人	谷浜・桑取地区公民館 (025-546-2002)
8日(火曜日) 午前10時～11時30分	世代を超えてワイワイかなや(2)	世代の違う人たちが楽しく集う時間を共有し、学び・体験することで交流の輪を広げる機会とする。第2回目は、「昭和の暮らしワイワイ映画会」を開催します。(全6回)	成人	金谷地区公民館	15人	金谷地区公民館 (025-524-3105)
8日(火曜日) 午後8時～9時	ふるさとのくらし伝承活動(3)	不動地域に伝わる盆踊り「八社五社」「ヨーホイ」を知るために、地域の方から踊り方を習います。(全3回)	どなたでも	不動地域生涯学習センター	-	名立地区公民館 (025-537-2004)
9日(水曜日) 午前10時～11時30分	健康体操教室(6)	一生自分の足で歩ける体づくりを目的に、ストレッチ運動や筋肉増強運動を基礎から学び、毎日の生活に無理なく継続できる運動の方法を身につけます。(全6回)	成人	和田地区公民館	15人	和田地区公民館 (025-522-3261)
9日(水曜日) 午後7時～9時	歌謡教室(2)	発声練習を行い、課題曲を選び練習を始めます。(全6回)	成人	中郷地区公民館 (はーとびあ中郷)	10人	中郷地区公民館 (0255-74-2338)

10日(木曜日) 午前9時～午後3時	星のふるさとチャレンジ隊(1)	午前中は火起こし体験や水遊びなどの野外活動を行い、午後からはプラネタリウム鑑賞とJAXA宇宙教育センターのコズミックカレッジ教材である「惑星モビール作り」を行います。(全4回)	青少年	坊ヶ池湖畔公園 ほか	20人	清里地区公民館 (025-528-3111)
10日(木曜日) 午後1時30分～3時	さわやか女性学級(3)	自分の足で歩き続けるために軽運動を行い、筋力アップを図ります。(全6回)	高齢者	浦川原地区公民館	15人	浦川原地区公民館 (025-599-2104)
10日(木曜日) 午後7時～8時30分	コリをほぐすストレッチ(4)	ボール等を使い優しい筋トレで、免疫向上や脂肪燃焼、並びにコリをほぐすストレッチ方法を学びます。(全8回)	成人	八千浦地区公民館 (八千浦交流館はまぐみ)	15人	八千浦地区公民館 (025-543-3191)
12日(土曜日) 午前10時～11時	親子で楽しむやさしいヨガ(4)	親子でヨガを行い、スキンシップや会話を楽しみます。(全8回)	親子	浦川原里山地域活性化センター	16人	浦川原地区公民館 (025-599-2104)
14日(月曜日) 午後5時～7時	名立北地域ふれあい活動	北部地区盆踊り大会に合わせて、ミニゲームが楽しめるキッズコーナーを開設します。	どなたでも	名立地区公民館 (名立コミュニティプラザ)	-	名立地区公民館 (025-537-2004)
16日(水曜日) 午前9時30分～11時30分	夏休み子どものつどいのひろば	公民館の一室を開放し、自由に遊びや学習に取り組みます。(全3回) (8月16日、17日、18日)	青少年	高士地区公民館	10人	高士地区公民館 (025-528-4033)
17日(木曜日) 午前8時30分～午後2時	金谷のいいトコ見つけ隊(2)	地球環境学校での川遊びや生き物かんさつを通して、金谷地区にある豊かな自然を体験し、故郷の良さを発見します。(全3回)	青少年	上越地球環境学校	15人	金谷地区公民館 (025-524-3105)
17日(木曜日) 午前9時30分～11時30分	親子キャリア教室(2)	世界最先端技術をもつ化学工場の研究と、環境への取組について、工場の方から話を聞いて学習します。(全3回)	親子	信越化学工業	30人	春日地区公民館 (025-521-2066)
17日(木曜日) 午前9時30分～11時30分	和紙アート教室(2)	和紙を使い、作品(一閑張り風ザル)を作ります。(全5回)	成人	中郷コミュニティプラザ	8人	中郷地区公民館 (0255-74-2338)
18日(金曜日) 午前9時30分～11時30分	子ども体験教室(1)	液体の中に絵の具を垂らして、模様をつけるマーブリングという技法を用いて、オリジナルのうちわを作成します。(全2回)	青少年	三郷地区公民館	15人	三郷地区公民館 (025-524-9293)
18日(金曜日) 午前10時～午後2時20分	大浦安ふれあい子ども教室(3)	大島、浦川原、安塚3地区の子どもたちが体験交流し、仲間づくりと見聞を広めることを目的として、自然素材工作や野外ウォークラリーを行い、自然を活かした遊びを体験します。(全3回)	青少年	新潟県立子ども自然王国	20人	大島地区公民館 (025-594-3101) 浦川原地区公民館 (025-599-2104) 安塚地区公民館 (025-592-2003)
19日(土曜日) 午前9時～正午	親子でDIY	端材を利用し、親子で工作をします。	親子	三和地区公民館	10人	三和区総合事務所 (025-532-2323)
19日(土曜日) 午前9時30分～正午	吉川カレッジ(2)「くびき杜氏のあゆみ」	上越全体の酒造業の発展及び、出稼ぎが多かった理由等について学びます。(全4回)	成人	吉川コミュニティプラザ ほか	15人	吉川地区公民館 (025-548-2311)
19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(6)	課題曲を選び、大人から子供までピアノの練習を一緒に行い、世代を超えた交流を図ります。(全11回)	成人 青少年	中郷地区公民館 (はーとびあ中郷)	10人	中郷地区公民館 (0255-74-2338)

19日(土曜日) 午前9時30分～11時30分	現代アート絵画教室(6)	実際に絵を描き、ドローイングの技法について学びます。(全11回)	成人	中郷地区公民館 (はーとびあ中郷)	15人	中郷地区公民館 (0255-74-2338)
19日(土曜日) 午後4時～5時30分	「かんたんにみんなで弾けるアンサンブル講座」(1)	様々な楽器の知識や技術を習得し、仲間と共に色々な音楽を楽しむと共に、演奏スキルの習得を目指します。(全6回)	成人 青少年	大島地区公民館 (大島就業改善センター)	10人	大島地区公民館 (025-594-3101)
19日(土曜日) 午後4時30分～9時	キッズ体験 星空と神話	星の切り絵体験や、神話の読み聞かせ、地域から見える星空の観察を行い、自然への興味や関心を深めます。	青少年	保倉地区公民館	10人	保倉地区公民館 (025-520-2033)
20日(日曜日) 午前10時～11時30分	市民活動に関する出前講座との連携事業 「おおがたスマイルクラブ」(2)	ペットボトルに金魚を泳がせたり、絵を描いたりして、ペットボトル水族館を作ります。(全5回)	青少年	大潟地区公民館	15人	大潟地区公民館 (025-534-4367)
21日(月曜日) 午前9時～正午	春日チャレンジ隊(3)	地域の産業とくらしを支える直江津港の見学を通して、これからの上越について考えます。(全3回)	青少年	直江津港	15人	春日地区公民館 (025-521-2066)
21日(月曜日) 午前9時30分～11時30分	水彩画教室(4)	作品完成に向けて絵を描き、水彩画のポイントを学びます。(全5回)	成人	柿崎地区公民館	15人	柿崎地区公民館 (025-536-3823)
22日(火曜日) 午前9時30分～11時	公民館の出前講座 第二弾(1)	講師の解説を交えながら、思い出ノートを活用した自分史作りを行い、回想法を用いた認知症の予防をします。(全3回)	成人	有間川町内会館	20人	谷浜・桑取地区公民館 (025-546-2002)
23日(水曜日) 午前9時30分～11時	ふるさと散歩道(4)	九戸浜町内会が作成した冊子「わたしたちの九戸浜」の経緯や町内についての話を聴きます。(全9回)	成人	大潟コミュニティプラザ	30人	大潟地区公民館 (025-534-4367)
23日(水曜日) 午前9時30分～11時30分	子ども体験教室(2)	市の保健師・栄養士から1日の食事の栄養などについて楽しく学びます。	青少年	三郷地区公民館	15人	三郷地区公民館 (025-524-9293)
23日(水曜日) 午前9時30分～11時30分	子ども体験教室(2)	オリジナル竹とんぼを作って飛ばします。(全2回)	青少年	北諏訪地区公民館	20人	北諏訪地区公民館 (025-544-2427)
23日(水曜日) 午前10時～11時	こども手話教室(3)	簡単な自己紹介ができるように手話を基礎から学びます。(全4回)	青少年	直江津学びの交流館 (直江津地区公民館)	16人	直江津地区公民館 (025-543-2859)
24日(木曜日) 午後2時～3時30分	おとなの手話教室(3)	簡単な自己紹介ができるように手話を基礎から学びます。(全4回)	成人	有田地区公民館 (カルチャーセンター)	10人	有田地区公民館 (025-543-7188)
24日(木曜日) 午後7時～8時30分	コリをほぐすストレッチ(5)	ボール等を使い優しい筋トレで、免疫向上や脂肪燃焼、並びにコリをほぐすストレッチ方法を学びます。(全8回)	成人	八千浦地区公民館 (八千浦交流館はまぐみ)	15人	八千浦地区公民館 (025-543-3191)
26日(土曜日) 午前9時～午後2時45分	大地の芸術祭から学ぶ旭地区の未来づくり講座	「大地の芸術祭」松代エリアを訪れ、様々なアート作品を鑑賞すると共に、アートによる地域づくりの先進事例としての知識を深め、地域の活性化と仲間同士の結束力を育みます。	成人 青少年	まつだい農舞台	15人	大島地区公民館 (025-594-3101)
26日(土曜日) 午前10時～正午	たかだちゃれんじキッズ(2)	七宝焼きで作った作品を小さな額に飾ります。(全3回)	青少年	高田地区公民館 (高田城址公園オーレンプラザ)	20人	高田地区公民館 (025-525-1311)

26日(土曜日) 午後4時～5時30分	「かんたんみんなで弾けるアンサンブル講座」(2)	様々な楽器の知識や技術を習得し、仲間と共に色々な音楽を楽しむと共に、演奏スキルの習得を目指します。(全6回)	成人 青少年	大島地区公民館 (大島就業改善センター)	10人	大島地区公民館 (025-594-3101)
27日(日曜日) 午前9時30分～11時	おとなの手話教室(4) こども手話教室(4)	学びの成果発表会と、手話ゲームで参加者同士が交流します。(全4回)	成人 青少年	直江津学びの交流館 (直江津地区公民館)	10人 16人	有田地区公民館 (025-543-7188) 直江津地区公民館 (025-543-2859)
27日(日曜日) 午前9時30分～11時30分	親子キャリア教室(3)	図書館で働く人々の仕事や、図書館の裏側を見学し、図書館の秘密にせまります。(全3回)	親子	高田図書館	30人	春日地区公民館 (025-521-2066)
27日(日曜日) 午前10時～正午	旬を食べよう「料理教室」(2)	夏野菜を使った、手軽な料理方法を学びます。(全3回)	成人	吉川保健センター	16人	吉川地区公民館 (025-548-2311)
31日(木曜日) 午前9時～正午	有田を探る 誰も語らない歴史(3)	東北電力上越火力発電所を見学します。現在の生活を支えるエネルギー基地の最前線を訪ね、有田の果たす役割を考えます。(全3回)	成人	有田地区公民館 (カルチャーセンター) ほか	15人	有田地区公民館 (025-543-7188)
31日(木曜日) 午前9時30分～11時	陶芸教室(1)	湯飲み茶碗・コーヒーカップ・皿・花瓶などから好きな作品を1点から2点ほど作り、陶芸のイロハを学ぶとともに、参加者同士の交流を深めます。(全4回)	成人	新道地区公民館	10人	新道地区公民館 (025-524-8951)