

上越市立公民館 月間事業予定表 令和8年3月

開催日時	講座名	内容	対象	会場	定員	お問合せ先
15日(日曜日) 午前9時30分～11時30分	冬季ウォーキング教室(3)	冬の寒さで運動不足になりがちな体をリフレッシュし、新しい季節を健康にスタートさせるために、屋内でウォーキングを行います。(全3回)	どなたでも	ジムリーナ (上越市立上越体操場)	25人	吉川地区公民館 (025-548-2311)