

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 ①2月18日②3月17日
 ③ いずれも午前9時～正午
 所 上越地域消防局 定 各30人
 (申込順) 費 無料 (テキスト代など210円別途) 申 問
 ①は2月5日②は11日③は④の間、②は3月4日⑤は10日⑥の間に上越消防署(☎025・544・0119)

坂口記念館「ひなまつり」

坂口記念館に約190体のひな人形、つるし雛を飾ります。甘酒の振る舞いもあります。



時 2月10日①～3月5日②
 前10時～午後4時 ※月曜日および祝日の翌日は休館

もよおし・講座

費 310円(中学生以下無料)
 問 坂口記念館(☎025・530・3100)

ひな御膳を楽しむ会

時 3月2日①、3日②午前11時30分～午後1時30分 費 大人1500円、小学生以下800円 定 30人程度(申込順)
 申 2月10日①以降

正善寺工房「加工体験教室」

申 問 申し込み方法や定員など、詳しくは正善寺工房(☎025・523・0621)

みそ作り教室

時 毎週水曜日午後1時30分～
 費 4500円(5キログラム)

旬の地場野菜料理教室

時 2月21日(水)午前10時～
 費 1800円

さくら餅作り教室

時 2月27日(火)
 午前10時～

そば打ち教室

時 3月5日(土)午前10時～
 費 1600円

そば打ち教室

時 3月9日(土)
 午前9時30分～

費 2200円

詳しくは



市民公開講座「整形外科医が伝えたい、高齢者の骨折治療とリハビリテーション」

高齢者に多い骨折や高齢者が元気に暮らすためにどのような治療が必要なのか、また、周囲はどのように支えたらよいかを学びます。



時 2月25日(土)午後1時30分～2時30分(開場11時)
 所 オーレンプラザ 定 600人(当日先着順) 講 小坂泰人(当日先着順) 講 小坂泰人(上越地域医療センター病院整形外科部長) 問 (公社)新潟県理学療法士会事務局の柳さん(☎025・250・7660、✉ jimukyoku@npta.jp)



なかみをふやそう！わたしの「しつけちえぶくろ」

同じ子育て中の人とおしゃべりしながら「わが子にあったしつ



第20回 春を呼ぶコンサート

「けの方法」を考えます。
 時 3月6日(水)午前10時～正午
 所 市民プラザ 定 就学前までの子どもを持つ保護者 12人(抽選) 申 2月23日(金)①までに二次元コードから 問 認定NPO法人マミーズ・ネット(☎025・526・1099) 保 管 ルームあり 対 6カ月以上 就園前 定 12人(抽選)



上越地域の小・中・特別支援学校に勤務する教職員の演奏会です。リコーダー



合奏や管打楽器合奏、重唱、合唱(小編成)などの演目に加え、4年ぶりに80人以上の合唱団を結成し、研修の成果を発表します。

時 2月11日(土)午後2時(開場11時30分) 所 上越文化会館 問 上越音楽教育研究会の前川さん(柿崎小学校内、☎025・536・3126)