

上越市立公民館 月間事業予定表 令和6年4月

開催日時	講座名	内容	対象	会場	定員	お問合せ先
9日(火曜日) 午前9時～正午	故郷上越市を訪ねる 第一弾	坂口記念館の見学と醗酵の父「坂口謹一郎」についての学習を通じ、自分たちの住んでいる上越市の良さを見つめ直すとともに参加者同士で交流します。	成人	坂口記念館	25人	谷浜・桑取地区公民館 (025-546-2002)
11日(木曜日) 午前9時～午後2時	のんびりノルディックウォーキング 春の教室(1)	季節の自然や景色を楽しみながら、ノルディックウォーキングを行います。(全5回)	高齢者	赤坂山公園(柏崎市)	20人	浦川原地区公民館 (025-599-2104)
16日(火曜日) 午前9時30分～11時30分	延ばそう健康寿命 ノルディックウォーキング教室(1)	日頃、体力づくりや健康増進に取り組まれている皆さんと、年間を通して継続できるノルディックウォーキングを体験するとともに、参加者同士の交流を深めます。(全4回)	成人	リバーサイドロード(安塚区)	20人	安塚地区公民館 (025-592-2003)
18日(木曜日) 午前9時～正午	のんびりノルディックウォーキング 春の教室(2)	季節の自然や景色を楽しみながら、ノルディックウォーキングを行います。(全5回)	高齢者	春日山周辺	20人	浦川原地区公民館 (025-599-2104)
25日(木曜日) 午前9時～正午	のんびりノルディックウォーキング 春の教室(3)	季節の自然や景色を楽しみながら、ノルディックウォーキングを行います。(全5回)	高齢者	五智公園	20人	浦川原地区公民館 (025-599-2104)
29日(祝・月曜日) 午前9時～正午	野鳥かんさつ教室(1)	自然豊かな清里区坊ヶ池周辺で、野鳥などの解説を聞きながら観察します。(全3回)	どなたでも	坊ヶ池周辺及びビュー京ヶ岳	20人	清里地区公民館 (025-528-3111)