

横越総合体育館(江南区いぶぎ野1)  
2月の教室

日18日(水) ※各1時間 対中学生を除く15歳以上 定各先着30人 料各600円 申2月4日(水) 9時から電話で同館(☎025-385-4477)  
■初めてのピラティス 時9時半  
■リラックスヨガ 時10時45分  
■読書会

面白かった本を紹介し、感想を語り合う 日2月21日(土) 14時～16時  
場西川学習館(西蒲区曽根)  
定先着10人 料無料  
問西川図書館(☎0256-88-0001)

糖尿病ミニ講座

薬物療法、フットケア、外食について専門家が語る  
日2月22日(日) 13時半～15時15分  
場黒崎市民会館(西区鳥原)  
定先着35人 料無料  
申2月4日(水)から市HPで申し込み  
問健康増進課(☎025-212-8166)

中之口農業体験公園(西蒲区東小吉)  
みそ作り教室

日2月25日(水)～27日(金) 9時半～12時半 ※全3回。10名のおけを持参 定先着12人 料3,500円  
申2月4日(水) 9時から電話で同公園(☎025-375-2505)

講演「私のひきこもり体験記」

日2月28日(土) 14時～16時  
場新潟テルサ(中央区鐘木) 定先着100人 料無料 申2月4日(水)から電話で市役所コールセンター(☎025-243-4894) 問こころの健康センター(☎025-232-5580)

東総合スポーツセンターの講座  
(東区はなみずき3)

日3月1日(日) 料各500円  
申2月4日(水) 14時から電話で同センター(☎025-272-5150)  
■☺<sup>たいじく</sup>体軸かけっこ教室 時9時半～10時半 対小学生 定先着30人  
■体軸姿勢教室 時11時～12時 対18歳以上 定先着20人

アグリパーク(南区東笠巻新田)  
露地野菜の栽培講座

日3月3日(火)～12月15日(火)、3月7日(土)～12月19日(土) ※各全30回。15歳未満は保護者同伴 時9時～12時 定各10人 料20,000円 申2月27日(金) 17時までに電話で同施設(☎025-378-3109)

☺楽しく健康づくり・介護予防  
3月の総おどり体操

料無料  
申2月6日(金)から電話で市役所コールセンター(☎025-243-4894)  
問高齢者支援課(☎025-226-1290)  
①東区プラザ  
日3日(火)・17日(火)  
②市体育館 日6日(金)・27日(金)  
③新津健康センター 日10日(火)  
④白根健康福祉センター  
日10日(火)  
■総合福祉会館  
日⑤12日(木)⑥24日(火)  
⑦亀田市民会館 日13日(金)  
⑧豊栄地区公民館 日17日(火)  
⑨巻地区公民館 日19日(木)  
⑩内野まちづくりセンター  
日19日(木)

▶時10時(④⑤⑧⑩13時半) ※各1時間半 定各40人(②各日100人③50人④⑨各30人⑤⑥各80人⑦60人) ※各先着◀

3月の応急手当講習会

心肺蘇生法、AED使用法、窒息の対処法、ほか 対10歳以上 料無料  
申2月4日(水)から市HPで申し込み  
問消防局救急課(☎025-288-3260)  
■成人救命(各3時間)  
①東消防署 日4日(水) 9時半  
②秋葉消防署 日4日(水) 10時 ※要事前オンライン講習受講  
③西消防署 日7日(土) 9時  
④西蒲消防署 日14日(土) 9時  
⑤中央消防署 日21日(土) 9時半  
■救命入門(1時間半)  
⑥江南消防署 日15日(日) 9時  
▶定①12人②③各15人④19人⑤20人⑥16人 ※各先着◀

市庭球場(東区江口)  
初心者向けヨガ体験

日3月4日(水)・11日(水)・18日(水) 10時～11時 対中学生を除く15歳以上 定各日先着10人 料各日800円 申2月4日(水)から電話で同施設(☎025-276-8900)

いくとぴあ食花(中央区清五郎)  
食育・花育センター 3月の講座

問同センター(☎025-282-4181) ※各定員あり。詳しくは同施設HPに掲載  
■料理教室  
申2月20日(金)までに電話で同センター ※各2時間～3時間半



①春のイタリアン  
日5日(木) 料2,300円  
②☺地魚をさばいて食べる  
日7日(土) 対小学生の親子 料2,500円  
③ほうじ茶と和菓子  
日19日(木) 料2,000円  
④☺米粉の焼き菓子  
日23日(月)  
対5歳から小学生と保護者 料3,100円  
⑤春の懐石料理  
日26日(木) 料2,100円  
⑥☺イチゴ大福と春ごはん  
日29日(日) 対小学生の親子 料2,800円  
▶時10時半(③12時半) ◀  
■園芸講座  
申2月25日(水)までに電話で同センター ※各1時間10分～2時間  
⑦初心者向けジャガイモの育て方と畑の土作り  
日11日(水) 14時半 料500円  
⑧植物の種まき基礎  
日16日(月) 11時 料1,000円  
⑨種まき実習  
日16日(月) 14時 料2,000円  
⑩バラの剪定  
日18日(水) 10時 料500円  
⑪小さな盆栽作り  
日20日(祝) 13時半 料4,350円  
⑫レカンフラワーでミニボックスとドライフラワーのイースター飾り  
日21日(土) 10時 料2,700円  
⑬エイジングケアのアロマテラピー  
日28日(土) 10時半 料2,500円

申し込み不要

おでかけ

申し込みなしで参加・観覧できる催しを紹介します。開催時間や休館日は3月31日(火)までの情報です。※障がい者などは入館料が免除される場合あり。詳しくは施設へ要問い合わせ

史跡古津八幡山 弥生の丘展示館  
秋葉区蒲ヶ沢 ☎0250-21-4133

日2月28日(土)まで ※月曜(祝日の場合翌日)、2月12日(木)休館  
対小学生以上(小学生は保護者同伴)  
①土器パズル 時10時～11時半 料無料  
②<sup>まがたま</sup>勾玉・<sup>くさたま</sup>管玉作り、土面の色付け  
時13時～15時 料各200円

新潟市美術館  
中央区西大畑町 ☎025-223-1622

●開館40周年記念展「路傍小芸術」  
日3月22日(日)まで 9時半～17時 ※月曜(2月23日除く)休館  
料一般800円、高校・大学生600円  
●美術講座「美術史で歩く新潟」 日2月15日(日) 14時～15時半 定先着80人 料無料

水の駅「ビュー福島潟」  
北区前新田 ☎025-387-1491

●企画展「みずとつちの芸術祭ー冬」 日2月14日(土)～3月22日(日) 9時～17時 ※月曜(祝日の場合翌日)休館 料一般520円、小・中学・高校生260円

旧小澤家住宅  
中央区上大川前通12 ☎025-222-0300

●<sup>ふし</sup>箏と尺八の演奏会  
日2月15日(日) 13時半～14時半 料一般260円

カレンダーシェアアプリ「TimeTree」で、市報にいがたや市HPなどに掲載しているお出かけ・イベント情報を公開しています。

カレンダーシェアアプリ「TimeTree」

文化財センター  
西区木場 ☎025-378-0480

①勾玉作り②裂き織体験  
日2月の土・日曜、祝日10時～11時、13時～14時半 対小学生以上(小学生は保護者同伴)  
料①200円②大300円、小200円

北区郷土博物館  
北区嘉山 ☎025-386-1081

●企画展「昭和100年 衣食住タイムスリップ!」  
日5月6日(振休)まで 9時～17時 ※月曜(祝日の場合翌日)、2月12日(木)休館  
料一般260円、高校・大学生130円

新津鉄道資料館  
秋葉区新津東町2 ☎0250-24-5700

●新収蔵品展 日2月7日(土)～3月9日(月) 9時半～17時 料一般390円、高校・大学生260円、小・中学生130円 ※土・日曜、祝日は中学生以下無料。火曜休館

天寿園  
中央区清五郎 ☎025-286-1717

●のみの市  
日2月8日(日) 10時～15時 料入場無料

佐潟水鳥・湿地センター  
西区赤塚 ☎025-264-3050

●佐潟探鳥散歩  
日2月14日(土)・28日(土) 7時半～9時 料無料

新津健康センター  
秋葉区程島 ☎0250-22-2940

●みんなのコネクトマルシェ ワークショップ、キッチンカー、雑貨・飲食物販売、ステージ発表、ほか 日2月15日(日) 10時～15時 料入場無料

里山ビジターセンター  
秋葉区金津 ☎0250-22-6911

●初心者向け登山用コンパス講座  
日2月28日(土) 10時～11時半 料無料

東総合スポーツセンター  
東区はなみずき3 ☎025-272-5150

●格闘技の動きで有酸素運動  
日3月1日(日) 11時～12時 対小学生以上(小・中学生は保護者同伴) 定先着50人 料500円

そのほかの催し

●人権イラスト展 市内の小学4年生が描いた入賞作品を展示 日④2月6日(金)～11日(祝) 9時～22時…北区文化会館(北区東栄町1) ※2月9日(月)休館▷2月13日(金)～19日(木) 9時～20時…西新潟市民会館(西区小針2) 料無料 問広聴相談課(☎025-226-1016)

●遺跡発掘調査速報会  
日2月21日(土) 13時～15時35分 場万代市民会館(中央区東万代町) 定先着280人 料無料 問文化財センター(☎025-378-0480)

ヒートショックに気を付けよう