

おしらせ版

日=日時 場=会場
 内=内容 人=対象・定員
 円=参加費(記載のないものは無料)
 申=申し込み(記載のないものは当日直接会場へ)
 問=問い合わせ

お知らせ

豊栄図書館協議会を傍聴しませんか

回12月14日(月)午後2時～4時
 場同館集会室
 人先着5人
 問同館(☎387-1123)

催し・募集

豊栄地区公民館

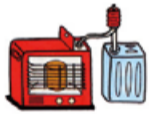
問同館(☎387-2014、第1日曜休館)
ご近所だんご
 回12月10日(木)午後1時半～2時半
 テーマ 漫談(防犯について)
 話題提供 中野小路たかまる
 ※お茶・お菓子の提供なし
 ※手話通訳あり
区民ギャラリー
陶和会 作陶展
 会期 12月9日(水)～14日(月)午前9時～午後9時(最終日は午後6時まで)
豊栄高校 書道展
 会期 12月17日(木)～20日(日)午前9時～午後9時
豊栄高校芸術コース 美術作品展
 会期 12月22日(火)～27日(日)午前9時～午後9時(最終日は午後2時まで)

キネマ松浜劇場 大人のファンタジー「素晴らしき哉、人生! (吹き替え版)」

回12月17日(木)、18日(金)午後1時半～3時45分
 場北地区公民館
 人各日先着16人
 回12月7日(月)午前10時から電話で同館(☎387-1761)

歳末防災強調運動実施中! ストープの使い方を再確認!

寒くなると、ストーブによる火災が多くなってきます。次のことに気を付けて、火災を防ぎましょう。



火をつけたまま給油をしない



ストーブの上に洗濯物を干さない



ストーブのそばで遊ばない



火をつけたままストーブを移動しない

問北消防署市民安全課予防調査係(☎387-0119)

ゆりかご学級4期 問北地区公民館(☎387-1761)

回令和3年1月22日～2月26日(毎週金曜、全6回)午前10時～正午
 人令和2年7～9月生まれの子どもの保護者 10人(初めてこの学級に参加する人を優先、申し込み多数の場合抽選)
 ※保育あり、対象児8人
 回12月14日(月)までに同館または市ホームページ「かんたん申込み」

日にち	テーマ	講師
1/22	オリエンテーションと自己紹介	公民館職員
1/29	赤ちゃんのいる暮らし	北地域保健福祉センター保健師
2/5	いま、親として①	新潟県立大学准教授
2/12	いま、親として②	CAPにいがた事務局長
2/19	みんなで子育てトーク	先輩ママ
2/26	親子で楽しむはじめての絵本	図書館職員

血液が不足しています 400ml献血にご協力を



回12月11日(金)午後1時～4時
 場北区役所 新館1階
 持ち物 献血カード、または献血手帳
 ※初めての人は運転免許証や健康保険証などの本人確認できるもの
 問健康福祉課健康増進係(☎387-1340)

電話番号(☎)は市外局番025を省略して記載しています。

冬のふしぎなおはなし会

回12月19日(土)午後2時～2時半、3時～3時半
 人各回先着7組
 場豊栄図書館
 回12月17日(木)までに電話で同館(☎387-1123、毎週金曜休館)

県民介護知識・技術習得講座入門コース

回令和3年1月21日(木)午前10時～午後3時
 場新潟ユニゾンプラザ(中央区上所)
 内容 寝返り介助、衣類の着脱介助
 人先着15人
 問電話で県社会福祉協議会福祉人材課(☎281-5525)

ハピスカとよさか 第4期ヘルシーエクササイズ教室

問ハピスカとよさか(☎386-7522、祝日を除く月曜休み)

教室名	対象	定員	初回	曜日	時間
①ルーシーダットン	15	25人	1/19	火	13:30～14:30
②フラダンス(夜間)	15	40人	1/12	火	18:50～19:50
③バレトン	15	40人			20:00～21:00
④いきいき健幸トレーニング	50	30人	1/6	水	10:00～11:30
⑤すこやかピラティス	15	40人			19:00～20:00
⑥汗をかいてシェイプアップ	15	40人			20:10～21:10
⑦やさしい有酸素運動	50	40人	1/7	木	9:30～10:30
⑧フラダンス(午前)	15	20人			11:00～12:00
⑨頭と体スッキリ健幸体操	50	40人			13:30～14:30
⑩ペルビック(骨盤)ヨガ	15	40人			20:00～21:00
⑪太極拳	15	40人	1/8	金	10:00～11:30
⑫ソフトエアロビクス	15	40人			13:30～14:30
⑬やさしい有酸素&筋トレ	50	20人	1/19	火	10:00～11:00
⑭ルーシーダットン(長浦開催)	15	20人	1/6	水	13:30～14:30

場②～⑫は豊栄総合体育館、①・⑬は北区文化会館、⑭は長浦コミュニティセンター
 人年齢要件あり(対象の欄で15は15歳以上、50は50歳以上)

回数 各教室全10回 円年度会員4,000円 第4期のみ参加5,100円

ハピスカとよさかヘルシーエクササイズ教室【夜の部】 無料体験会

教室名	定員	日にち	時間
①フラダンス(夜)	40人	12/8、15、22(火曜)	18:50～19:50
②バレトン			20:00～21:00
③すこやかピラティス		12/9、16、23(水曜)	19:00～20:00
④汗をかいてシェイプアップ			20:10～21:10

場豊栄総合体育館 人15歳以上で令和2年度教室に参加申し込みしていない人

北地区スポーツセンター 冬期スポーツ教室

回令和3年1月7日～3月18日

※教室によって、曜日や時間(30～60分間)が異なります

開催回数 ④⑥⑦は全8回、②は全7回、⑤は全4回、その他は全9回

人15歳以上(中学生を除く)、⑤⑥は60歳以上

問直接窓口、ホームページ、またはメール(kitaspo@niigatakaikou.jp)に①会員カード登録番号②教室名(複数の場合すべて)③氏名(ふりがな)④電話番号を明記し、同センター(☎258-0200)

※申し込みは12月20日(日)までに。申し込み多数の場合は抽選

注:事前に会員カードの発行が必要。ない人は身分証を持参し、直接同センター

教室名	定員	初日	曜日	開始時刻	参加料
①カラダ引き締めトレーニング	30人	1/18	月	9:45	2,700円
②エアロビクス(月曜)	40人			10:30	3,600円
③バレトンS・S	30人			18:30	
④骨盤矯正エクササイズ	各30人	1/13	水	9:45	3,200円
⑤ズンバ		1/20		13:45	1,600円
⑥スロー&コアトレーニング		1/13		19:10	3,200円
⑦ボックスキック				20:05	
⑧ラテンダンスエクササイズ	各30人	1/14	木	9:45	3,600円
⑨やさしいヨガ				13:15	
⑩フラダンス				14:30	
⑪リラクソヨガ	各30人	1/15	金	13:15	3,600円
⑫ズンバゴールド				14:30	2,800円
⑬リフレッシュヨガ				18:30	3,600円
⑭ピラティス				19:30	
⑮高齢者のための筋力アップ	各45人	1/18	月	13:30	1,800円
⑯高齢者のためのいきいき健康	1/7	木	13:30		

<広告欄>広告掲載の申し込みは地域総務課(☎387-1175) 1枠(3.9cm×7.9cm) 1回7,000円(税込)

♣はにいがた未来ポイント対象事業

※4コマ漫画とクイズコーナーはお休みします

申し込みがない人の当日参加はできません。問産業振興課(☎387・1195)