

新型コロナウイルス感染症の拡大を防止するため

4㊦子育て女性の夢を育む 自分らしい子育てと仕事のバランスを取るための技術を学ぶ 日10月10日(土)10時~12時、11月8日(日)、12月12日(土)10時~12時半 ※全3回 対子育て中の女性 定先着15人 申9月9日(水)からメール(aya55watanabe@gmail.com)で基本事項、保育希望者は子どもの名前(ふりがな)・月齢をNPO法人はぐハグへ

5㊦夫婦で子育て 子どもの発達段階を学び、夫婦のあり方を考える 日10月24日・31日、11月7日(土曜全3回)10時~12時 対就学前児の父親(◇はパートナーと参加) 定10人 申10月5日(月)までに電話でアルザにいがた

場万代市民会館(中央区東万代町) ※◆はほんぽーと中央図書館(中央区明石2)、②は東区プラザ(東区下木戸1)。③④⑤は保育あり(生後6カ月~就学前児③8人④⑤15人、要申し込み) ¥無料(①500円)

マザーズ再就職支援セミナー 社会保険・税金、保育園の制度、マザーズハローワークの活用、ほか 日9月29日(火)13時半~15時半 場食育・花育センター(中央区清五郎) 対女性 定先着30人 ¥無料 申9月9日(水)9時半から電話でマザーズハローワーク新潟(☎025-240-4510) ※保育あり(生後6カ月~就学前児25人、要申し込み) 問男女共同参画課(☎025-226-1061)

東総合スポーツセンターの講座 1㊦英語で親子ヨガ 日9月30日~11月4日(水曜全5回)13時~10時45分 対1~4歳の子と母親 定先着8組 ¥3,000円 2健康倶楽部 日10月6日~12月22日(火曜全11回)13時半~15時半 対40歳以上 定先着8人 ¥13,750円(別途要入場料) 申①は9月10日(木)、②は9日(水)9時から電話で同センター(東区はなみずき3 ☎025-272-5150)

中之口体育館(西蒲区中之口) リラックスヨガ教室 日9月30日~12月9日(水曜全10回)13時~14時 ※9月16日(水)に無料体験会を開催(要申し込み) 対高校生を除く18歳以上 定先着20人 ¥5,000円 申9月9日(水)9時から電話で同館(☎025-375-5007)

クロスパルにいがた(中央区礎町通3) 10月の講座 申9月9日(水)9時から電話で同施設(☎025-224-2088) 1初心者向け手品 日1日(木)14時~16時 定先着20人 2ユズ・柿・梅の活用法 日6日(火)10時~12時 定先着10人 3大人のための絵本療法 日9日(金)10時~12時 定先着10人 4ハーブと衣食住 日14日(水)14時~16時 定先着20人 5介護・子育てボランティア向け手

遊びと小物作り 日15日(木)14時~16時 定先着8人 ¥無料(①1,000円⑤200円) いくとぴあ食花(中央区清五郎) 食育・花育センター 10月の催し 申9月25日(金)までに電話で同センター(☎025-282-4189) ※各定員あり。催しについて詳しくは同施設HPに掲載

料理教室 1紅茶のメロンパン 日2日(金) ¥2,500円

2㊦バランス弁当 日4日(日) 対9~12歳 ¥1,500円

3本格フレンチ 日8日(木) ¥1,500円

4㊦米粉お好み焼き 日10日(土) 対5歳以上の子と父親 ¥2,000円

5おからみそ・漬物・ケーキ 日21日(水) ¥4,500円

6㊦米粉うどん 日24日(土)・25日(日) 対5歳以上の親子 ¥2,000円

7秋の家庭懐石 日29日(木) ¥1,600円 時10時半(①10時、13時半⑤13時) ※各2時間~3時間半

園芸講座 ※各70分~90分

8初心者向けイチゴ・タマネギ作り 日7日(水)14時半 ¥100円

9プリザーブドフラワーでポトルアレンジメント 日10日(土)13時半 ¥2,200円

10球根の基礎 日11日(日)11時 ¥1,000円

11秋植え球根の寄せ植え 日11日(日)14時 ¥2,500円

12プランターでイチゴ栽培 日16日(金)14時半 ¥2,500円

13秋の庭木管理 日19日(月)10時半、13時半 ¥100円

14秋の寄せ植え 日23日(金)13時半 ¥2,000円

楽しく健康づくり・介護予防 10月の総おどり体操 ¥無料 申9月11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白根健康福祉センター 日2日(金)

2東区プラザ 日6日(火)・23日(金)

3豊栄地区公民館 日8日(木)

4クロスパルにいがた 日9日(金)・15日(木)

5亀田市民会館 日16日(金)

6新津健康センター 日20日(火)

7巻地区公民館 日22日(木)

8総合福祉会館 日27日(火)

9西総合スポーツセンター 日30日(金) 時10時(⑨13時半) ※各90分 定各25人(①⑦各15人②③各20人⑤30人⑧40人) ※各先着。②④はいずれか1日のみ参加可

スポーツ体験会 日10月4日(日)13時半、15時 ※各1時間 場市陸上競技場(中央区一番堀通町) ¥無料 申9月23日(水)までにメール(info@niigatashi-sports.or.jp)で基本事項(種目は2つまで)、学年(年齢)を市スポーツ協会(☎025-266-8250)

9月21日は敬老の日 100歳以上は594人

長寿を祝い、今年度100歳になる人(大正9年4月1日~10年3月31日生まれ)へ、祝い状と祝い品を贈呈します。

☎高齢者支援課(☎025-226-1290)

市内の高齢者人数(8月1日現在)

65歳以上の人 23万2,128人(前年度比2,570人増)

100歳の人 317人(同34人増) ※今年度100歳になる人

100歳以上の人 594人(同43人増、最高齢は109歳)

へ ※9月30日までに抽選結果を発送

1陸上競技 対小学生

2ラグビー 対4歳~小学3年生

3相撲 対4歳以上

4ヨガ 対小学生以上の子と保護者

5ウエイトリフティング 対小学生以上 定各回50人(②各回20人④各回25組)

10月開催 ノルディック ウォーキングセミナー

対中学生を除く15歳以上 ¥初心者各500円、経験者各200円 ※専用ポールの貸し出しあり(定各日先着20人、¥400円、要申し込み)



みどり森の運動公園(西区板井) 問同公園(☎025-379-3766)

経験者 日6日(火)・11日(日)・20日・27日(火)14時~15時半

初心者 日11日(日)13時~15時半 定先着20人 申9月9日(水)9時から電話で同公園

横越総合体育館(江南区いぶき野1) 日19日(月) 申9月9日(水)9時から電話で同館(☎025-385-4477)

初心者 時13時~15時半 定先着20人

経験者 時14時~15時半

こども創造センター(中央区清五郎) 10月の催し

親子ふれあい遊び(日6日火曜)、木工ラボ(日10日土曜)、親子リトミック



1歳(日26日月曜)などの催しを行います。 ※各定員あり

申9月16日(水)17時までに電話で同センター(☎025-281-3715)

※当選者は9月20日(日)9時からいくとぴあ食花HPに掲載。このほかにも催しを実施。各催しの時間、対象、参加費など詳しくは同施設HPに掲載

横越総合体育館(江南区いぶき野1) 10~12月のスクール参加者募集

申9月9日(水)9時から電話で同館(☎025-385-4477)

※各1時間

1ハワイアン・フラ初級

日水曜9時半 定各回先着14人

2ハワイアン・フラ中級

日水曜10時45分 定各回先着12人

3㊦赤ちゃん産後ママのエクササイズ 日木曜10時 定各回先着5組

4㊦体幹とコーディネーショントレーニング 日木曜17時45分 定各回先着16人

5ソフトエアロビクス 日金曜14時半 定各回先着19人

6ファイティングエアロ 日金曜20



時15分 定各回先着8人 対中学生を除く15歳以上(③生後3~12カ月の子と母親④小学3年~中学生) ¥各1回520円(②1回650円)

10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 ¥無料

申9月9日(水)から電話で市役所コールセンター(☎025-243-4894)

問消防局救急課(☎025-288-3260) 救命入門(各1時間半)

1秋葉消防署 日7日(水)10時

2西蒲消防署 日14日(水)9時

3南消防署 日14日(水)9時半

普通救命(各3時間)

4西消防署 日10日(土)9時

5東区プラザ(東区下木戸1) 日14日(水)13時半

6中央消防署 日17日(土)9時

7江南消防署 日18日(日)9時

8乳幼児救命 日21日(水)9時~12時 場救急ステーション(中央区鐘木)

定各15人(③24人④20人⑥23人⑦10人⑧9人) ※各先着

読み聞かせボランティア入門講座

日10月7日~28日(水曜全4回)

14時~16時

場江南区文化会館(江南区茅野山3)



対これまで同講座を受講したことがなく、受講後ボランティアとして活動できる人 定先着15人 ¥無料

申9月13日(日)11時から電話で亀田図書館(☎025-382-4696)

西区 大野町まち歩きガイド養成講座

日10月9日(金)・24日、11月7日(土)13時半~16時半 ※全3回

場黒崎出張所、ほか 定15人 ¥無料 申9月30日水曜(必着)までに、はがきに基本事項、参加者全員の郵便番号・住所・電話番号・年齢を記載し、〒950-2097(住所不要)、西区役所農政商工課(☎025-264-7623)へ

※当選者のみ10月2日までに案内を発送

シングル子育てカフェ

子どもの身体の発達や「怒り」との付き合い方について学ぶ 日10月10日・24日(土曜全2回)10時~12時

場こども創作活動館(東区牡丹山1) 対1歳~就学前児のひとり親 定10人 ¥無料 ※保育あり

申9月23日(水)までに市HPから申し込み 問クロスパルにいがた(☎025-224-2088)