

暮らしの行政困り事相談

行政機関全般に対する意見や要望などの相談に対応 日10月18日(金) 12時半～16時半 場東区プラザ(東区下木戸1) 問広聴相談課(☎025-226-2094)

くらしとこころの総合相談会

弁護士、保健師、精神保健福祉相談員らが借金やこころの健康などの相談に対応 日10月18日(金)17時半～20時半 場総合福祉会館(中央区八千代1) 申10月17日(木)までに電話でこころの健康センター(☎025-232-5570)

行政苦情審査会委員による 市政に関する苦情の相談

日11月11日(月)13時～15時半(1人1時間) 場同審査会室(市役所本館) 定先着2人 申10月9日(水)から電話で同審査会事務局(広聴相談課内☎025-226-2098)

趣味・講座

ほんぽーと中央図書館の講座 (中央区明石2)

問同館(☎025-246-7700) 新潟ゆかりの文学「車谷長吉の『なんまんだあ絵』と新潟」 日10月12日(土)13時半～15時 定先着30人 ¥500円

読書会 日10月16日(水)10時半～12時 テーマ「満願」米澤穂信著 ¥無料

講座「退職後の健康保険・年金・雇用保険」 日11月16日(土)13時半～14時50分 定先着30人 ¥無料 申10月9日(水)10時から電話で同館 講演「信濃川右岸から見た新潟港開発」 日11月24日(日)13時半～15時 定先着80人 ¥無料 申10月17日(木)から電話で市役所コールセンター(☎025-243-4894)

10/14は体育の日 スポーツ施設を無料開放

対象施設・種目、申し込みなど詳しくは市HPに掲載 問スポーツ振興課(☎025-226-2591)

ストレッチ体操と 福島潟ウォーキング

日10月14日(祝)9時半～11時 場蔵の宿「菱風荘」(北区前新田) 定先着15人 ¥300円 ※ノルディック用ポールの貸し出しあり(定先着8人、¥400円、要申し込み) 申10月9日(水)9時から電話で同施設(☎025-388-5314)

新潟みなと塾

新潟港を多方面から学ぶ 時18時半～20時半 場歴史博物館みなとぴあ(中央区柳島町2) 定各日先着30人 ¥各500円 申電話でNPO法人新潟みなとクラブ・上山(☎025-228-0252) 問港湾空港課(☎025-226-2743)

ウォーターシャトルが目指すもの

日10月17日(木)

ピアBandaiとまちづくり 日11月21日(木)

海と船が見える坂道 日12月12日(木)

食文化 日1月16日(木)

貿易 日2月20日(木)

すしの歴史と実習 日3月19日(木)

市民病院(中央区鐘木) いきいき講座「白内障・緑内障」

日10月18日(金)16時～17時 定先着100人 ¥無料 ※受講者は駐車場無料 問同病院患者総合支援センター(☎025-281-5151)

西川図書館(西蒲区曾根) 読書会

面白かった本を紹介し、感想などを語り合う 日10月19日(土)14時～16時 ¥無料 問同館(☎0256-88-0001)

糖尿病ミニ講座

薬物療法、歯周病、外食の取り方について専門家らが語る 日10月20日(日)13時半～15時15分 場クロスパルにいがた(中央区礎町通3) 定先着35人 ¥無料 申10月9日(水)8時半から電話で健康増進課(☎025-212-8166)

市民プラザ 社交ダンス

¥各500円 問同施設(NEXT21・6階☎025-226-5500) 初心者 日10月24日(木)10時～12時半 申10月9日(水)9時から電話で同施設

経験者 日10月24日14時、17時半、25日(金)10時 ※各2時間

中之口農業体験公園の講座 (西蒲区東小吉)

申10月10日(木)9時から電話で同公園(☎025-375-2505)

蕎麦し作り 日10月25日(金)9時半～12時半 定先着12人 ¥1,000円

総おどり体操 日11～3月の第3月曜13時半～15時 定各日先着15人 ¥無料

講座「これからの認知症医療・ケア」

日10月25日(金)18時半～20時半 場新潟テルサ(中央区鐘木) 定先着120人 ¥無料 申10月16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(☎025-232-5551)

父親学級公開講座 「子どもの心と『身体』の発達」

日10月26日(土)10時～12時 場中地区公民館(東区古川町) 定先着40人 ¥無料 申10月9日(水)9時から電話で中央公民館(☎025-224-2088)

横越総合体育館の講座 (江南区いぶき野1)

対中学生を除く15歳以上 問同館(☎025-385-4477)

ドラウタビリティ講習会

日10月26日(土)13時半～16時 定先着20人 ¥12,960円 ※認定を希望する人は別途13,500円が必要 申10月9日(水)からメール(konansc@spofit.jp)で件名を「ドラウタビリティ」とし、基本事項、年齢を同館へ ノルディックウォーキング(①初心者 ②経験者) 日10月28日(月) 時①13時～15時半②14時～15時半 定①先着20人 ¥①500円②200円 ※専用ポールの貸し出しあり(定先着20人、¥400円、要申し込み)

申10月9日9時から電話で同館

アルザにいがたの講座 (中央区東万代町)

¥無料 問同施設(☎025-246-7713) ※保育あり(生後6カ月～就学前児各15人。要予約)

①表現・演劇ワークショップ 日10月27日(日)10時～15時 定20人

②DVD上映会 日11月13日(水) 時間・題名10時～12時…「オフサイド・ガールズ」▷13時半～16時…「そして父になる」 定各40人

③カウンセリング講座 自分を信頼する力を回復するための表現方法を学ぶ 日11月15日～12月13日(金曜全5回)10時～12時 対女性 定30人

④バランスボールエクササイズ 日11月17日(日)10時～12時

対子育て中またはこれから子育てを考えている夫婦 ※6カ月未満の子も参加可 定15組

申①10月15日火曜(必着)までに往復はがきに基本事項、保育希望者は子どもの名前(ふりがな)・月齢を記載し、〒951-8011、中央区入船町1-3652、劇団blueジーンズへ。②④は11月1日(金)、③は10月28日(月)までに電話で同施設

視覚障がい者のための生活訓練

場総合福祉会館(中央区八千代1) ¥無料 申10月9日(水)9時から電話で市視覚障害者福祉協会・佐藤(☎025-231-2657) 問障がい福祉課(☎025-226-1238)

体操教室 日10月29日(火)10時～11時半 定先着15人

介助歩行の受け方 日10月30日(水)13時半～15時半 定先着5組 ※介助者要参加

白杖歩行訓練 日場受講者と協議して決定

白根カルチャーセンター (南区上下諏訪木) ベビーダンス

日10月29日(火)13時半～15時 対首が据わる頃～1歳半の子と保護者 定先着20組 ¥1,000円 申10月9日(水)9時から電話で同センター(☎025-373-6311)

消費生活センター(中央区西堀前通6) 講座「成年後見制度」

日10月31日(木)10時～11時45分 定20人 ¥無料 申10月18日(金)までに電話で同センター(☎025-228-8102)

楽しく健康づくり・介護予防 11月の総おどり体操

時10時～11時半 ¥無料 申10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1日(金)

②岩室地区公民館 日7日(木)

③クロスパルにいがた 日8日(金)

④内野まちづくりセンター 日14日(木)

⑤亀田市民会館 日15日(金)

⑥東区プラザ 日21日・28日(木) ※いずれか1日のみ

⑦総合福祉会館 日22日(金)

⑧豊栄地区公民館 日26日(火)

⑨新津健康センター 日29日(金)

定各40人(③⑨各50人⑤60人⑦80人) ※各先着

就職活動支援・応援講座

¥無料 問雇用政策課(☎025-226-1642)

1DAYトライアルワーク 地元で働くことや企業の魅力を再発見する

日11月2日(土)10時～17時半 場新潟青陵大学(中央区水道町1)

対大学・短期大学生 定先着80人 申10月9日(水)から市HPから申し込み

就活応援講座 就職活動の実態・方法を知り、子どもへのサポートについて考える 日11月4日(振休)13時～16時 ※終了後個別相談会あり(希望制) 場新潟テルサ(中央区鐘木) 対就職活動を始める大学・短期大学生の保護者 定先着150人 申10月9日(水)9時から電話で(株)広報しえん(☎025-242-3555)

みどり森の運動公園(西区板井) 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 ※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) 問同公園(☎025-379-3766)

初心者 日11月2日(土)・8日(金)13時～15時半 定各日先着20人

¥500円 申10月9日(水)9時から電話で同公園

経験者 日11月2日(土)・8日・15日・22日(金)14時～15時半 ¥200円

こども創造センター (中央区清五郎) 11月の催し

陶芸講座(日2日土曜)、親子リトミック0歳(日11日月曜)、積み木体験(日27日水曜)などの催しを行います。 ※各定員あり 申10月16日(水)までに電話で同センター(☎025-281-3715) ※当選者は10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

豊栄総合体育館(北区嘉山) インドアテニス教室

対中学生以上 申10月13日(日)12時から所定の申込書を同館(☎025-386-7511)へ ※各2時間。申込書は同館で配布

初級 ①11月5日～1月14日(火曜全10回)19時半

中級 ②11月1日～1月17日(金曜全8回)19時半③11月6日～1月15日(水曜全10回)10時

初・中級 ④11月3日～1月12日(日曜全10回)19時半

定各先着10人(③先着9人) ¥10,500円(②8,400円)

クロスパルにいがたの講座 (中央区礎町通3)

申10月9日(水)9時から電話で同施設(☎025-224-2088)

①アロマと写経で脳を活性化 日11月6日～20日(水曜全3回)10時～11時半 対18歳以上 ¥2,100円

②ハーブを使ったケーキとお香作り

WEBサイト「SHIKAMO」で検索

