

⑧ピラティス 日水曜13時15分
 ⑨フットケアとリラクソヨガ 日水曜14時半
 ⑩おなかシェイプアップ 日水曜19時
 ⑪赤ちゃんと産後ママのエクササイズ 日水曜10時
 ⑫体のケアとトレーニング 日金曜13時15分
 ▶対中学生を除く15歳以上(⑥40歳以上⑪生後3~12カ月の子と母親) 定各30人(②25人④⑤各12人⑦⑩各20人⑪10組) ※各先着 ¥各1回600円(④⑤初回は1,800円) ◀

楽しく健康づくり・介護予防 7月の総おどり体操

¥無料 申6月7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)

- 東区プラザ 日①2日②30日(火)
- ③豊栄地区公民館 日2日(火)
- 総合福祉会館 日④4日(木)⑤30日(火)
- ⑥新津健康センター 日9日(火)
- ⑦白根健康福祉センター 日9日(火)
- ⑧市体育館 日12日・26日(金)
- ⑨内野まちづくりセンター 日18日(木)

⑩亀田市民会館 日19日(金)
 ⑪巻地区公民館 日25日(木)
 ▶時10時(②③④⑦)13時半 ※各1時間半 定各40人(④⑤各80人⑥50人⑦⑪各30人⑧各日100人⑩60人) ※各先着 ◀

いくとびあ食花(中央区清五郎) 食育・花育センター 7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



■料理教室 申6月20日(木)までに電話で同センター ※各2時間半~3時間半

- ①シェフから学ぶ料理教室 日2日(火)
- ②男性向け初めての料理 日6日(土)
- ③夏野菜を食べよう 日12日(金)
- ④夏の食材ランチ 日21日(日) 対小学生の親子
- ⑤米粉の夏野菜ケーキ作り 日29日(月) 対5歳~小学生の親子 ▶時10時半(⑤10時) ¥1,800円(①2,750円④2,600円⑤2,700円) ◀
- 園芸講座 申6月25日(火)までに電話で同センター ※各70~90分
- ⑥生ごみで畑の土作り 日6日(土)

13時半
 ⑦初心者向け根菜と長ネギ作り 日18日(木)14時半
 ⑧生け花 日20日(土)10時半 対5~18歳 ※小学生以下は保護者同伴

⑨農業の正しい使い方 日21日(日)11時

⑩ユリを毎年楽しむ方法 日21日(日)14時 ▶¥⑥⑦各500円⑧2,500円⑨⑩各1,000円 ◀

7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6月5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南消防署 日3日(水)9時半
- ②秋葉消防署 日10日(水)10時
- 普通救命(各3時間)
- ③西消防署 日6日(土)9時
- ④西蒲消防署 日13日(土)9時
- ⑤東消防署 日17日(水)9時半
- ⑥南消防署 日17日(水)9時半
- ⑦中央消防署 日20日(土)9時
- ⑧江南消防署 日21日(日)9時

乳幼児救命(各3時間)
 ⑨救急ステーション(中央区鐘木) 日3日・10日(水)9時
 ⑩北消防署 日17日(水)9時 ▶定各20人(②③⑩各15人⑤12人⑦25人⑧⑨各日10人) ※各先着 ◀

蔵の宿「菱風荘」(北区前新田) 赤ちゃんと産後ママのエクササイズ

日7月3日(水)10時~11時 対生後3~12カ月の子と母親 定先着10組 ¥700円 申6月5日(水)9時から電話で同施設(☎025-388-5314)

史跡古津八幡山弥生の丘展示館の講座

時10時~12時 定各10人 ¥無料
 ①カラムシ収穫・お引き体験 日7月6日(土) 対小学3年生以上(小学生は保護者同伴)
 ②貝の腕輪作り 日7月20日(土) 対小学生以上(小学生は保護者同伴) ▶申①は6月25日火曜(必着)、②は7月5日金曜(必着)までに往復はがきに基本事項を記載し、〒956-0846、秋葉区蒲ヶ沢264、同館(☎0250-21-4133)へ ※①は6月28日、②は7月12日までに抽選結果を発送 ◀

固定資産税・都市計画税の納税通知書は

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7月31日(水)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

水の駅「ビュー福島潟」

北区前新田 ☎025-387-1491

- 福島潟フォトコンテスト入賞作品展 日6月9日(日)まで9時~17時 ※あす3日~6月5日(水)休館 ¥一般400円、小・中学生200円
- 福島潟マルシェ 雑貨や農産物の販売、ほか 日6月9日(日)10時~15時 ¥入場無料
- 「日本の自然」写真展 日6月15日(土)~7月15日(祝)9時~17時 ※月曜休館 ¥一般400円、小・中学・高校生200円

北区郷土博物館

北区嘉山 ☎025-386-1081

- 企画展「新潟地震から60年 災害の記録をたどる写真展」 日6月30日(日)まで9時~17時 ※月曜休館 ¥無料

史跡古津八幡山 弥生の丘展示館

秋葉区蒲ヶ沢 ☎0250-21-4133

- ※月曜(祝日の場合翌日)休館
- ①火おこし体験 日6月30日(日)まで10時~11時半 ¥無料
- ②土鈴・土笛・土面作り 日6月30日(日)まで13時~15時 ¥200円
- ③企画展「信濃川流域の火焰型土器」 日9月8日(日)まで10時~17時 ¥無料 ▶対①②小学生以上(小学生は保護者同伴) ◀

新津鉄道資料館

秋葉区新津東町2 ☎0250-24-5700

- ¥一般300円、高校・大学生200円、小・中学生100円 ※土・日曜、祝日は中学生以下無料。火曜休館
- ①トイトレインレイアウト 日7月1日(月)まで
- ②鉄道七夕祭り 日7月7日(日)まで
- ③展示「魅惑の鉄道切符」 日7月15日(祝)まで
- ④実物車両公開 日6月9日・23日(日) ▶時9時半~17時(④10時~12時、13時~15時半) ◀

新津美術館

秋葉区蒲ヶ沢 ☎0250-25-1300

- 企画展「ゴールドカムイ展」 日7月7日(日)まで10時~17時 ※月曜(6月17日、7月1日除く)休館 ¥一般1,600円、高校・大学生1,400円

文化財センター

西区木場 ☎025-378-0480

- 企画展「考古資料にみる人と物の動き」 日9月8日(日)まで9時~17時 ※土・日曜、祝日は10時~16時。月曜(祝日の場合翌日)休館 ¥無料 ※6月30日(日)15時から展示解説を実施
- ①勾玉作り②和同開珎作り 日6月の土・日曜10時~11時、13時~14時半 ※②は15日(土)・30日(日)除く 対小学生以上(小学生3年生以下は保護者同伴) ¥①200円②1枚300円、枝銭1,500円

佐潟水鳥・湿地センター

西区赤塚 ☎025-264-3050

- 佐潟自然散歩 日6月8日・22日(土)9時半~11時 ¥無料

里山ビジターセンター

秋葉区金津 ☎0250-22-6911

- ¥無料
- ガイド付きミニトレッキング 日6月8日~7月6日の土曜10時~11時半 ※6月29日除く
- 初心者向け登山用コンパス講習 日6月29日(土)10時~11時半

天寿園

中央区清五郎 ☎025-286-1717

- ¥入場無料
- のみの市 日6月9日(日)8時~12時
- ナナイロマルシェ ハンドメイドのワークショップと販売 日6月22日(土)10時~16時

旧小澤家住宅

中央区上大川前通12 ☎025-222-0300

- 夏至祭 かき氷や軽食、カクテル、花の販売 日6月16日(日)9時半~17時 ¥高校生以上200円 ※和服の人は無料

蔵の宿「菱風荘」

北区前新田 ☎025-388-5314

- 和裁手作りバッグ作品展 日6月16日(日)~18日(火)10時~15時 ¥無料

西新潟市民会館

西区小針2 ☎025-230-1071

- 市民呈茶席 宗偏流 日6月16日(日)10時~16時 ¥600円

新潟市美術館

中央区西大畑町 ☎025-223-1622

- 企画展「遠藤彰子展 巨大画の迷宮にさまよう」 日6月22日(土)~8月25日(日)9時半~18時 ※月曜(祝日の場合翌日)休館 ¥一般1,200円、高校・大学生900円 ※7月7日(日)14時から展示解説を実施
- 遠藤彰子講演会 日6月22日(土)14時~15時半 定先着80人 ¥無料

曾我・平澤記念館

南区味方 ☎025-373-6600

- 曾我量深ゆかりの講演会 日6月22日(土)14時~15時半 ¥無料

そのほかの催し

- パネル展「7.13水害から20年」 日6月4日(火)~14日(金)9時半~17時 ※4日は12時から、14日は12時まで。10日(月)休館 場歴史博物館みなとぴあ(中央区柳島町2) ¥無料 問土木総務課(☎025-226-3025)
- おもちゃ病院 日6月15日(土)13時~15時 場石山地区公民館(東区石山1) ¥部品代 ※精密電子機器は不可 問アクアパークにいがた(☎025-264-6400)
- 西区 すいか祭り スイカの販売・配送・試食、ガラポン抽選会 ※詳しくは市HPに掲載 日7月7日(日)9時半~15時 場いっぺこ〜と(西区亀貝) 定ガラポン…先着1,200回(スイカ1個購入ごとに1回) ¥入場無料 問西区役所農政商工課(☎025-264-7623)