

# 取組事例

## 1 市町村の事例（ちらし）

---

### （5）文化・芸術・スポーツ・健康に関すること



「響け！夕空の星々に！！」

～ 黒川中学校 吹奏楽部 ～

# 胎内平吹奏楽夕日コンサート

in

 胎内自然天文館 野外大ステージ

8月8日(土) 18:30～19:30

コンサート鑑賞無料！

※天文館入館料は別途



**会場** 胎内自然天文館 野外大ステージ

雨天中止

コンサート終了後「星空観望会」が開催されます。  
入館料 一般・高校生 300円 小・中学生 150円  
〒950-2822 新潟県胎内市夏井 1251-7  
Tel: 0254-48-0150

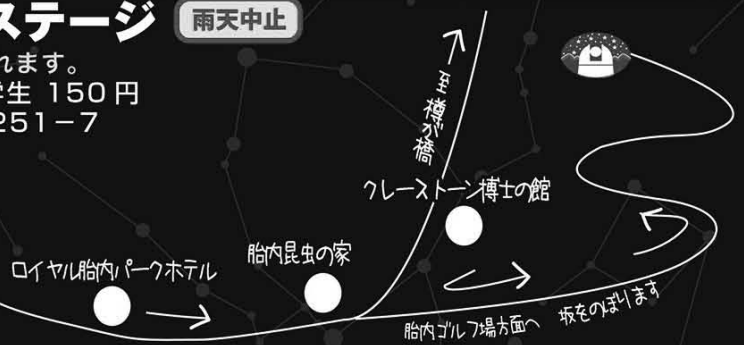
**主催** 黒川中学校吹奏楽部

**共催** 胎内市教育委員会

お問い合わせ: 平日 0254-47-3409 (直通)

マナビップ  検索

協力: 株式会社ビクセン



2015年10月4日

日曜日

開場 13:00

開演 13:30

湯沢町 民館

入場無料

地元の音楽仲間の手づくりコンサートです！

秋のひととき、色々な音楽にふれてみませんか？

一文会（津軽三味線）

Hide&Yoshi（ギターと歌）

湯沢ハーモニカクラブ

ゆざわコカリナクラブ&キッズ

チェリー会（コーラス）

南雲充司（クラシックギター）

主催 ふれあい音楽の会Yu-mic

後援 湯沢町公民館

▽お問い合わせ▽（高橋まで）

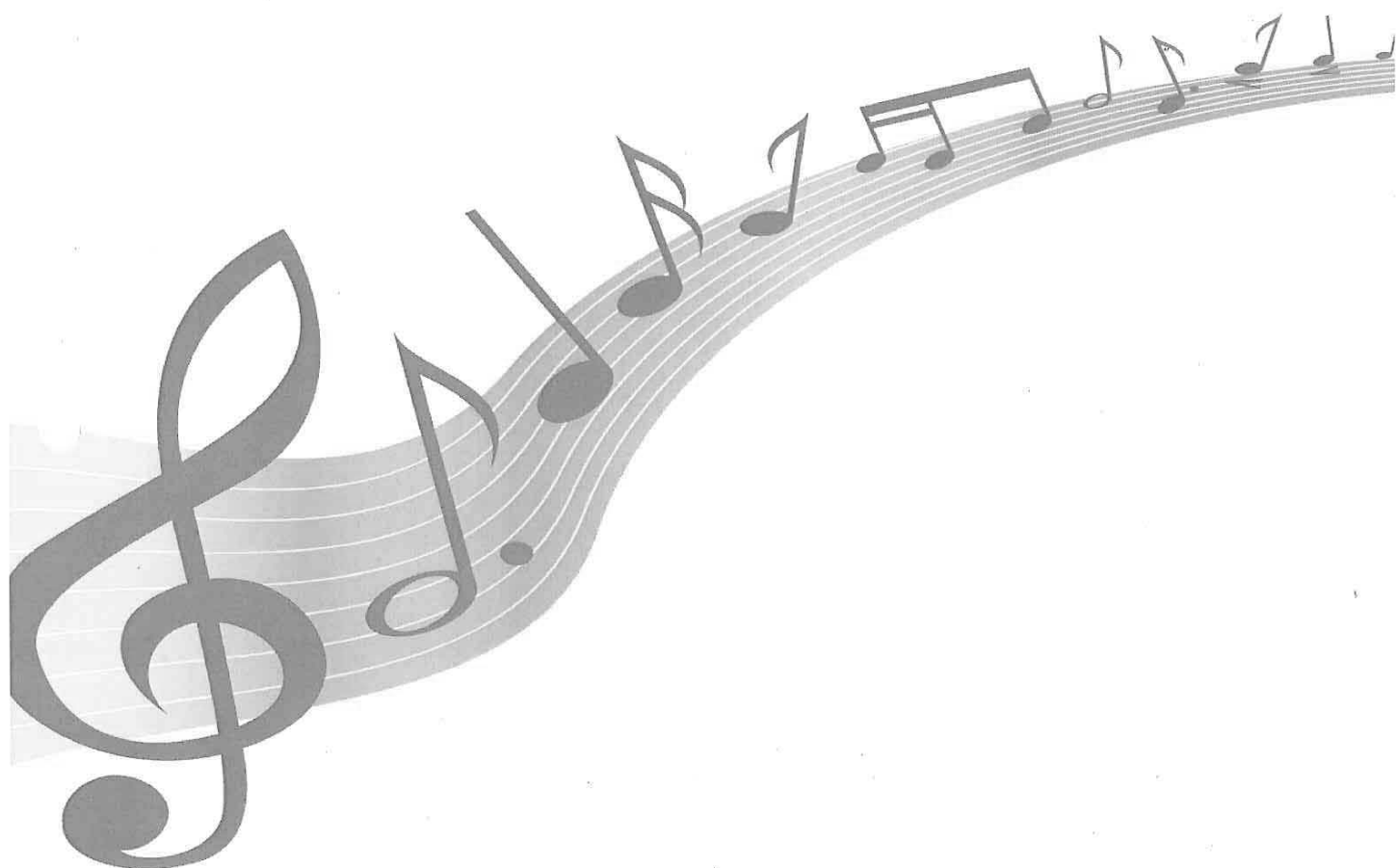
090-4529-2287

# マイタウン・コンサート 2015 in 栗島

## ピアノ×ソプラノ

平成 27 年 6 月 22 日（月）午後 7 時開演

栗島浦小中学校体育館



主 催 : 栗島浦村教育委員会  
公益財団法人新潟県文化振興財団

お問い合わせ : 栗島浦村教育委員会 (0254-55-2114)

# 演奏曲目



## 第1部：小黒亜紀（ピアノ）

- ♪子犬のワルツ（ショパン）
- ♪英雄ポロネーズ（ショパン）
- ♪月の光（ドビュッシー）
- ♪愛の夢（リスト）
- ♪ファウストワルツ（リスト＝グノー）

## — 休憩 —

## 第2部：柳本幸子（ソプラノ）

伴奏／小黒亜紀

- ♪アヴェ・マリア（シューベルト）
- ♪十五夜お月さん（野口雨情／本居長世）
- ♪五木の子守歌（民謡）
- ♪ハバネラ～恋は野の鳥～歌劇《カルメン》  
（ビゼー）
- ♪黒い瞳（ロシア・ジプシー民謡）
- ♪ポロ～7つのスペイン民謡より～（ファリャ）
- ♪うぐひす（佐藤春夫／早坂文雄）
- ♪オオカミの大しくじり ～語り歌～（猪本隆）
- ♪初恋（石川啄木／越谷達之助）
- ♪アメージング・グレイス（讃美歌）

♪みんなで歌いましょう♪

椰子の実（やしのみ）  
故郷（ふるさと）

※最後のページをご覧ください

# 村民会館で

# 健康づくり!!

「体力づくり」「ストレス解消」

「ダイエット」etc..

目的は色々、選べる教室で気持ちの良い汗を流しましょう!

申込み：4月10日までに村民会館へ（電話：64-2134）

## ボクサ サイズ

開催日 4月13日(月)～7月27日(月)まで(全9回)  
毎月第2・第4月曜日  
6月は第5月曜も実施

時間 19時30分～20時30分

会場 村民会館大ホール

講師 城元 剛 先生(新潟市)

参加費 3,000円(全9回分)

開催日 5月8日(金)～8月7日(金)まで(全9回)  
5/8・22、6/5・12・26、7/10・24・31、  
8/7(金曜日)

時間 13時30分～15時00分

会場 村民会館大ホール

講師 小野塚 光恵 先生(新潟市)

会費 3,000円(全9回分)

## 3B体操

## 骨盤体操

開催日 4月14日(火)～毎週火曜日(通年)  
時間 10時30分～11時30分  
会場 村民会館大ホール  
講師 小林 雅子 先生(下関)  
会費 月額1,000円  
(初めての方は初回無料体験あり)

開催日 4月17日(金)～毎週金曜日(通年)  
時間 19時30分～20時30分  
会場 村民会館休養室  
講師 小林 雅子 先生(下関)  
会費 月額1,000円  
(初めての方は初回無料体験あり)

## リフレッシュ 健康教室

## ズンバ ゴールド

開催日 4月14日(火)～毎週火曜日(通年)  
時間 午前の部：9時30分～10時20分  
午後の部：19時30分～20時30分  
会場 村民会館大ホール  
講師 小林 雅子 先生(下関)  
会費 それぞれ月額1,000円  
(初めての方は初回無料体験あり)

開催日 4月13日(月)～11月16日(月)まで  
毎月第2・3・4月曜日  
時間 10時00分～11時30分  
会場 村民会館大ホール  
講師 大嶋 淑子 先生(新発田市)  
会費 1回500円(初めての方は初回無料体験あり)

## 太極拳

関川村教育委員会教育課/関川村スポーツ推進委員協議会

# 魚沼市スポーツ講演会

## スポーツを楽しく行なうために… トレーニング&コンディショニングを 正しく知ろう!!



トレーニングプログラムの作り方や、障害予防、コンディショニングなどスポーツに携わっている方々はもちろん、これからスポーツを始めようと考えている方、スポーツを頑張っているお子さんの保護者など、スポーツに関心のある全ての方々にぜひ、聞いていただきたいお話です。

第2部では、講師がトレーナーとして参加したトリノオリンピックに出場した星さん、関塚さんを迎え、それぞれの立場での経験をもとに、スポーツの持つ力や楽しさなど会場の皆さんに伝えていただきます。

またとない貴重な機会ですので、ぜひ会場へお越しください。

**日時** 平成27年11月8日(日) 受付開始…午後1時  
開演…午後1時30分

**会場** 小出ボランティアセンター(多目的室)

新潟県魚沼市小出島1240番地2(電話025-792-8181)



**講師**

**柿谷 朱実氏**(富山県体育協会 富山県総合体育センター)

(講師プロフィール)  
富山県出身  
ユタ州立ユタ大学運動生理学修士課程修了  
カリフォルニア州立大学フレズノ校スポーツ医学部卒業  
米国アスレチックトレーニング協会公認アスレチックトレーナー  
米国ストレングス&コンディショニング協会公認ストレングス&コンディショニングコーチ  
元全日本スキー連盟女子アルペンナショナルチームトレーナー 他

**入場  
無料**

**内容**

第1部 **講演** 午後1時30分~2時30分

第2部 **トークセッション** 午後2時30分~3時30分

- ◆柿谷朱実氏
- ◆星 瑞枝氏(2006年トリノ五輪アルペンスキー出場、魚沼市在住)
- ◆関塚真美氏(同上)



関塚真美氏



星 瑞枝氏

主催/魚沼市教育委員会  
共催/魚沼市体育協会、NPO法人エンジョイスポーツクラブ魚沼  
後援/新潟日报社、小出郷新聞社、越南タイムズ

**問合せ**

魚沼市教育委員会生涯学習課

電話 025-794-6073 F A X 025-794-2353

Eメール syogaigakusyu@city.uonuma.niigata.jp





2016

1/24(日) 14:00開会(13:30受付)

# スポーツ指導者講習会

## ●山口 香(やまぐち かおり)

筑波大学大学院准教授

## ●会場 燕三条地場産業振興センター

リサーチコア 7階マルチメディアホール

〒959-0092 新潟県燕市三条市須頃1丁目17番地  
TEL 0256-32-2311



## ●入場無料

## ●定員200名 (定員になり次第締め切り)

対象:スポーツ指導に携わる指導者、または保護者(一般視聴可)

## ●講演演題

「スポーツが目指すもの」～個をのばすコーチング～

## ●プロフィール

1964年生まれ。東京都出身。筑波大学大学院体育学修士課程修了。

ソウルオリンピック女子柔道銅メダリスト。世界選手権では金メダル1個、銀メダル4個獲得。

第1回全日本女子柔道体重別選手権大会(50Kg級)に最年少(当時13歳)で優勝。以後、同大会10連覇。

筑波大学女子柔道部監督、全日本柔道連盟女子強化コーチとして指導。シドニー五輪、アテネ五輪と2大会連続して日本チームのコーチを務めた。現在は筑波大学大学院にて教鞭をとる傍ら、JOC、日本バレーボール協会理事などとして柔道のみならずスポーツ全般の普及発展に努めている。

著書:基礎レッスン女子柔道、女子柔道の歴史と課題、日本柔道の論点、残念なメダリストほか

お申込み・お問い合わせ

TEL(0256)64-3091 FAX(0256)64-3090

■主催/燕市教育委員会 ■主管/一般財団法人燕市体育協会

一般財団法人燕市体育協会(燕市体育センター内)

村民の皆様へ

# 平成27年度健康ウォーク！！

毎年恒例の健康ウォークを開催いたします。皆様ふるってご参加下さい！

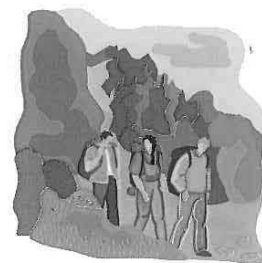
## 開催日時

平成27年5月16日 土曜日

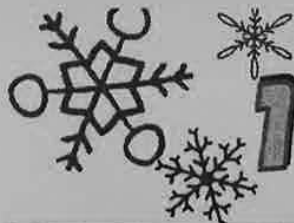
午前9時~14時

※雨天は翌17日（日）に順延とします。

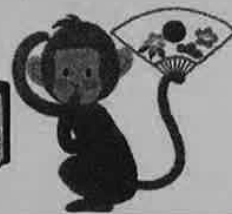
1. 目的 自然に親しみ、村民相互の親睦を深め、健康づくりの推進を図る。
2. 集合場所 役場前 9時までに集まってください。
3. コース (役場) → (八幡鼻) → (釜谷駐車場)
4. 内容
  - (1)チェックポイントが3カ所あり、カードにスタンプを押してもらいます。  
第1チェックポイント テロウ  
第2チェックポイント 八幡鼻  
第3チェックポイント 釜谷駐車場
  - (2)チェックカードは閉会式まで大切に持っていてください。参加賞抽選会に使用します。
  - (3)昼食はゴールの釜谷駐車場でとります。
  - (4)釜谷の方は出発地の役場まではコミュニティバスを、  
内浦の方も釜谷からの帰りはコミュニティバスをご利用願います。
  - (5)トイレは海水浴場と釜谷駐車場にしかないのでご注意願います。
5. 用意するもの 昼食・飲み物・タオル  
※本年度もお茶の用意はございません。各自準備をお願いします。



お問合せ 教育委員会 55-2114



# スポネットせいろう 1月からの教室案内



— 1月から3月まで —

## E-フィットネス

ストレッチやリズムにのって、カラダを動かして、スッキリしましょう。

- ・毎週火曜日 午後7時～8時30分
- ・1月5、19、26日、2月2、9、16、23日、3月1、8、15日
- ・亀代地区公民館 小ホール
- ・講師 藤田 明美氏

## 太極拳

じっくりと身体を動かし、足腰強化、リラックス効果があります。

- ・毎週水曜日 午前9時30分～12時
- ・1月6、13、20、27日、2月3、10、17、24日、3月2、9、16日
- ・結いハート聖籠 青少年交流センター
- ・講師 稲田 稔氏

## 美姿勢

ストレッチポールなどを使ってコリ固まった筋肉をほぐしていきます。

- ・毎週木曜日 午前9時30分～10時30分
- ・1月7、14、21、28日、2月4、18、25日、3月3、10、17、24日
- ・亀代地区公民館 小ホール
- ・講師 五十嵐 史子氏

保育ルーム付き

## ピラティス

奥深くにある筋肉に働きかけ、引き締まったカラダを目指します。

- ・毎週木曜日 午前10時40分～11時40分
- ・1月7、14、21、28日、2月4、18、25日、3月3、10、17、24日
- ・亀代地区公民館 小ホール
- ・講師 五十嵐 史子氏

保育ルーム付き

## ヨガ（夜の部）

自分の体に合わせて負荷をかけ、心と体をリフレッシュします。

- ・毎週木曜日 午後7時～8時30分
- ・1月7、14、21、28日、2月4、18、25日、3月3、10、17、24日
- ・聖籠町町民会館 多目的ホール
- ・講師 久志田 真弓氏

## ヨガ（昼の部）

自分のカラダに合わせて安心してヨガを楽しむことが出来ます。

- ・毎週金曜日 午前9時30分～11時
- ・1月8、15、22、29日、2月5、12、19、26日、3月4、11、18日
- ・亀代地区公民館 小ホール
- ・講師 亀倉 桃野氏

保育ルーム付き

## ハワイアンフラ

ハワイの曲に合わせて優雅に踊ります。姿勢が良くなり腰回りや二の腕の引き締め効果も。

- ・毎週金曜日 午後7時～8時30分
- ・1月8、15、22、29日、2月5、12、19、26日、3月4、11、18日
- ・山倉地区多目的屋内運動場 小体育室
- ・指導者 齋藤 ヒロ子氏

●教室参加費 会員：2,000円 ビジター(非会員)：4,000円

※美姿勢教室とピラティス教室を同時にお申し込みいただいた方は、会員3,000円、ビジター6,000円  
保育ルームは合わせて2,000円特別価格となります。

●保育ルーム利用の方 1期ごとに1人に付き2,000円

初めての方は、無料で1回体験ができます。

お申し込み先→ NPO法人スポネットせいろう事務局 (受付時間：月曜日を除く午前8:30～午後5:30)

聖籠町大字諏訪山1288番地 聖籠野球場内 ☎：0254-27-1515



[ ] 教室申込書 ( 会員 ・ ビジター )

氏名	会員番号 [ ]	男・女	年齢	歳
保育児名前		男・女	年齢	歳
住所		電話番号		

会員の方は、氏名と会員番号のみご記入ください。

タイキックリズムとは・・・

音楽に合わせてパンチやキックを行うエクササイズです。  
全身を使う動きなので、ダイエット・体力アップしたい方  
におすすめてです。



# タイキックリズム

「ラピカ」ワンコインレッスン

## レッスン内容

- ① 色々な種類のパンチ・キックを学びます。
- ② 音楽に合わせてパンチ・キックを繰り返しながらアップを行います。
- ③ 体を伸ばしたり、ひねったりしてストレッチを行います。
- ④ 音楽に合わせてコリオ（パンチ・キックのコンビネーション）を行います。

期 日 第1回 11月19日(木) 第4回 12月10日(木)  
第2回 11月27日(金) 第5回 12月18日(金)  
第3回 12月 4日(金)

時 間 すべて20:00~21:00

定 員 毎回25名(先着順)

受 講 料 1回につき500円

講 師 園田 恵美

対 象 中学生以上の男女

会 場 「ラピカ」第1・2学習室

申込方法 受講することに「ラピカ」受付にて受講料をお支払いください。  
受講料お支払い後に、会場へお入りください。

(TEL・FAX・E-mailでのお申し込みはできません。)

※ラピカ利用者カードを作成のうえ、お申し込みください。

※受付は19時30分より開始します。

※教室開始までにお支払いを済ませてください。

持 ち 物 運動靴、飲み物、タオルをご持参ください。

※動きやすい服装で受講してください。

事前申込  
不要!

1回ごとの  
受講に  
なります!

初心者  
大歓迎!



刈羽村生涯学習センター「ラピカ」

TEL : 0257-20-3100 / FAX : 0257-20-3103 / E-mail : sports@rapika.or.jp



若者 &  
パパ・ママ応援

# デジカメ写真教室

「普段デジタルカメラを使っているけど、なかなかうまく写せない」「ちょっと本格的に写真撮影について学んでみたい」「友達や家族との思い出をきれいに残したい」そんなみなさん、初心者デジカメ写真教室に参加してみませんか。今回は、若者 & パパ・ママ応援企画として実施します。これからのイベントシーズンに向けて腕を磨きましょう。



## 運動会をきれいに撮ろう

平成27年5月16日(土)10時から11時30分

## お祭りや家族のお出かけを写そう

平成27年6月27日(土)10時から11時30分



会 場 マナボーテ村上(村上市生涯学習推進センター)  
 対 象 20代~40代(初心者大歓迎) 定 員 10人  
 持ち物 デジタルカメラ  
 参加費 無料  
 講 師 スズキカメラ職員  
 申込み 5月12日(火)までに生涯学習推進センターへ電話・FAX・メール・窓口に直接持参にてお申し込みください。  
 〒958-0854 村上市田端町4番1号  
 村上市生涯学習課村上地区公民館(生涯学習推進センター内)  
 TEL 53-5111 または 53-2446 FAX 53-2977  
 e-mail manabi@city.murakami.lg.jp



メールアドレスQRコード

キ リ ト リ

### 初心者デジカメ写真教室 参加申込書

村上市生涯学習課 宛 (FAX 0254-53-2977)

ふりがな		デジカメ機種	カメラ経験年数
氏名		コンパクト 一眼レフ	年
住 所	〒 - 村上市	連絡先電話番号	
		( ) - ( )	

※どちらか1回のみご希望の場合は、申込みの際にお伝えください。

新座分館

# 盆踊り教室

いよいよお祭りの多い季節になりました。

盆踊りで踊る曲は十日町小唄だけじゃないことを  
知っていますか？何曲かあるその踊りを練習して、  
お祭りや民謡流しなどにぜひ参加して地元のお祭りを皆さんの  
踊りで盛り上げましょう♪

男女、年齢問いません。たくさんの方からの参加をお待ちして  
います。

日 時：8月5日（水） 19：00～

場 所：新座コミュニティーセンター

講 師：越村 慶子 さん

内 容：深雪甚句、三階節、  
十日町小唄、佐渡おけさ

参加費：無料

申込み：事前の申込みはいりません。  
当日直接集まってください。

問合せ：中条公民館 ☎752-2748



主催：中条公民館新座分館

# 市展

第10回 燕市美術展覧会(記念展)

日 洋 工 書 写  
本 芸 彫 道 真  
画 画 刻 道 真



会期 平成27年**10月16日(金)～10月19日(月)**  
午前9時～午後5時(最終日は午後4時まで)

会場 **燕市吉田産業会館**

出品申込 9月1日(火)～9月30日(水)

作品搬入 10月9日(金) 午前9時～午後6時30分

事務局：燕市総合文化センター内 燕市社会教育課文化振興係  
〒959-1262 燕市水道町1丁目3番28号 TEL 0256-63-7002

主催：燕市・燕市教育委員会

主管：燕市美術協会

後援：新潟日報社

新潟日報美術振興財団  
燕三条エフエム放送(株)

第10回展記念講演会

日時 平成27年**10月17日(土)**  
午後5時30分～

会場 燕市吉田産業会館(第一会議室)

講師 塩田 純一氏(新潟市美術館館長)

演題 芸術と人生  
船乗りだった画家アルフレッド・ウォリス

定員 100人

