市報 みなみ魚沼　生涯学習特集号

まなびぃ

2024 manabee

学びの郷南魚沼

「学びあい・教えあい・伝えあい・そして輝く・わたしと地域」

CONTENTS

学びの郷南魚沼　南魚沼市の公民館 ----- 2
教養講座 ---------- 3
青少年事業 ---------- 6
高齢者事業 ---------- 6
南魚沼市民会館、スポーツイベント教室　8
スポーツパラダイス、スポーツ＆ライフ　9
文化振興、子若センター ---------- 10
南魚沼市図書館 ---------- 11
関連施設連絡先 ---------- 12

学びの郷南魚沼とは？

学びの郷南魚沼の基本理念「学びあい、教えあい、伝えあい、そして輝く、わたしと地域」に基づき、市民が主役となり持続的で平和で豊かな南魚沼のまちづくりを目指します。学びの郷南魚沼では、皆さまからのさまざまな企画、アイデアをお待ちしています。講師の紹介や、会場の手配など、皆さんの企画立案をお手伝いし、「こんなことを学びたい」を実現します。

公民館は、市民の皆さんがつどい、出会い、学び、交流する場です。
個人や営利を伴っての利用はできません。

南魚沼市の公民館

南魚沼市には３つの公民館があり、社会教育活動や交流・学習・文化活動を行う団体が使用することができます。公民館主催のイベント以外にも、市民の皆さんが文化活動や地域づくり事業を行うために利用できます。

中央公民館（市民会館内）

中央公民館には、講座室１・２・３、実習室、研修室、会議室、和室があります。

塩沢公民館

塩沢公民館には、会議室、和室、学習室１・２、研修室、視聴覚室、調理実習室、武道場、講堂、多目的室、図書室があります。

大和公民館　コミュニティーホールさわらび

大和公民館には、研修室、会議室、大会議室、和室、図書室があります。
さわらびには、大ホールと練習室があります。

令和６年４月より、塩沢公民館と大和公民館それぞれの図書室の利用時間が変更となります。詳細は、11 ページをご覧ください。

利用について

公民館を利用する場合は、利用方法を確認し、各公民館に部屋の空き状況をお問い合わせの上、申請書の提出をお願いします。

利用方法や申請書の書き方については、各公民館へお問い合わせいただくか、ウェブサイトをご確認ください。（右の QR コードを読み取ると、市ウェブサイトにつながります）

公民館利用方法紹介ページ

公民館利用の Q&A

Q　公民館の部屋は、いつから予約できますか？

Ⓐ　一般団体は、利用希望日の３か月前から３日前まで予約が可能です。
利用予定日が決まったら、まずは公民館に電話で連絡し、空き状況を確認してから申請書をご提出ください。

Q　人数制限はありますか？

Ⓐ　原則として、公民館を利用できるのは５人以上の団体です。なお、上限につきましては部屋ごとに異なりますので、詳しくは公民館にお問い合わせください。

Q　予約をキャンセルすることは可能ですか？

Ⓐ　キャンセルは可能ですが、必ず公民館にご連絡ください。電話での連絡は、必ず窓口が開いている時間（平日８：30 ～ 17：15）にお願いします。当日に急きょ使用中止となった場合でも、必ずご連絡ください。無断キャンセルはご遠慮ください。

教養講座

さまざまな講座を開催しています。
新しい趣味を始めたい方、初心者の方など大歓迎です。

★各講座の申し込み方法（申込〆切：4月26日㈮まで）

- 各会場に12ページの申込書を記入し持参いただくか、電話で「氏名」「住所」「連絡先」「参加したい講座名」を伝えてお申し込みください。
- 表に記載された講座初日の開始時間までに会場に来てください。

※ 共通注意事項 ※

- 事前申し込みや連絡をせずに講座へ参加することはご遠慮ください。
- 申し込みの締切りは一時的なものです。講座へは、年間を通じて申し込みが出来ます。（一部除く）
- 申し込みの際にいただいた氏名、連絡先などの個人情報は、各講座運営のために講師及び講座代表者と共有します。また、講座内での個人情報の共有（講座生用名簿・連絡網の作成など）につきましては、各講座の方針によりますのでご了承ください。
- 講座代表者（講師など）からの連絡は、郵便はがきのほか電話、SNSなどで行います。
- 受講料は受講者数によって変わることがあります。また、受講料のほかに材料費などが必要な場合があります。

市運営講座

	講座名	講　師	開催日	開始時間	初日	終了	受講料・備考	会場
1	子どもの書道	黒滝みゆき	月2回月曜日	19:30	5/13	11月	3,000円/期間 小学生や未就学児、親子での参加も可 ※別途教材実費	中央公民館
2	書道初級（硬筆あり）	貝瀬都代子	第2・4火曜日	19:30	5/14	10月	4,000円/12回　10人まで	塩沢公民館
3	水彩画	荒川重利	第2・4水曜日	19:30	5/ 8	10月	4,000円/12回	
4	フラワーアレンジメント	小澤眞智雄	第2・4金曜日	19:30	5/10	10月	4,000円/12回	
5	着物着付け	髙橋信子 陸川直美	初級 第2・4水曜日 中級 第1・3水曜日 上級 第1・3木曜日	19:30	5/ 8	11月	4,000円/12回	
6	小さなボールを使った運動（前期）（後期）	遁所扶美子	第1・3金曜日	19:30	5/10 9/ 6	8月 12月	7,000円/8回 関節にボールを当てて、緊張している筋肉をほぐし、本来の骨格に戻す運動	
7	みんなで朗読講座	阿部智恵子	最終金曜日	13:30	6/28	3月	2,000円/期間 ※定員に限りがあります	大和公民館

女性学級　「身近な学び・生活にうるおい」をテーマに講座を開催します。

【期　　間】 6月から12月まで
【内　　容】 料理教室や軽運動教室などの様々な講座を行います。
【会　　場】 中央公民館・塩沢公民館・ふれ愛支援センターなど
【対　　象】 市内在住の成人女性
【年 会 費】 1,000円（参加費が必要な講座は、別途集金します。）
【申込方法】 中央公民館にある申込書に必要事項を記入し、年会費を添えてお申し込みください。
【申込締切】 5月9日㈭

※ 詳しい内容については生涯学習係（☎773-6610）までお問い合わせください。

教養講座

中央公民館・ふれ愛支援センターの新規お申し込みは、中央公民館(☎773-6610)まで電話または12ページの申込書を中央公民館へ持参ください。

	講座名	講　師	開催日	開始時間	初日	終了	受講料・備考	会場
8	生け花教室	湯 澤 宏 子	第2・4月曜日	13:30	5/13	12月	500円/月　※別途花材実費	中央公民館
9	ジャンプの会 (月曜)(水曜)(金曜)	田 辺 美 紀	毎週月曜日 毎週水曜日 第2・4金曜日	10:00 10:00 19:30	5/13 5/15 5/17	通年 通年 12月	500円/回	
10	手話講座	久保田　薫	第2・4土曜日	9:30	5/11	通年	1,000円/年(テキスト代)	
11	手話(しゅわ)べり手話(しゅわ)わ (朝)(夜)	中 原 健 闘 勝 又 孝 菜	朝月2回程度金曜日 夜月2回程度火曜日	9:30 19:00	4/26 4/23	通年	1,000円/回 どちらも初心者向け	
12	初心者の古文書	笛 木 孝 雄	第1・3火曜日	19:30	5/ 7	11月	3,000円/期間	
13	セルフリンパケア (午後)(夜間)	岩井恵理子	第1・3月曜日	13:30 19:00	5/ 6	通年	各2,000円/月	
14	中高年から始める らくらくピアノ	木 野 裕 美	第2・4火曜日	10:30	5/14	7月	2,000円/月 ※楽器レンタルあり	
15	日本舞踊	上 村 貞 子	毎週火曜日	19:30	5/ 7	通年	5,000円/月	
16	俳句講座	若 井 新 一	第2・4水曜日	19:00	5/ 8	通年	1,000円/月 ※12月～翌3月は13:30開始	
17	はじめての着物	桑 原 達 子	第2・4木曜日	10:00	5/ 9	10月	500円/回	
18	パッチワークキルト	塩野谷スイ	毎週金曜日	13:30	5/10	通年	500円/回　※別途材料実費	
19	フラワーアレンジメント	高 橋　薫	第2・4火曜日	10:30	5/14	通年	1,900円/月 ※別途花材2,000円/回	
20	陶芸(初級)	若 井 一 男	第1・3水曜日	19:30	5/15	11月	500円/回 ※別途材料窯代等10,000円程度	ふれ愛支援センター
21	陶芸(中級)	小宮山寛達	第2・4水曜日	19:30	5/22	11月	500円/回 ※別途材料窯代等10,000円程度	

塩沢公民館の新規お申し込みは、塩沢公民館(☎782-0100)まで電話または12ページの申込書を塩沢公民館へ持参ください。

	講座名	講　師	開催日	開始時間	初日	終了	受講料・備考	会場
22	日本画教室水葉会	門 井 直 子	第1・3水曜日	19:00	5/1	通年	5,000円/月 ※初回のみ材料費2,000円	塩沢公民館
23	墨友会(書道)	割 田 幸 子	第1・2・4火曜日	13:30	5/7	10月	6,000円/期間	
24	写真・デジタル写真 (初心者向け)	塩沢フォトクラブ	第2・4水曜日	19:30	5/8	11月	2,000円/年	
25	エアロビクス教室 (前期)(後期)	舘 野 明 子	毎週水曜日	13:30	5/1 9/4	7月 11月	6,000円/10回	
26	大人のストレッチ (前期)(後期)	舘 野 明 子	毎週木曜日	20:00	5/2 9/5	7月 11月	6,000円/10回	
27	歩くシェイプアップ (前期)(後期)	舘 野 明 子	毎週火曜日	20:00	5/7 9/3	7月 11月	6,000円/10回	
28	小さなボールを使ったボディメイキング	遁所扶美子	毎週水曜日	10:00	5/1	通年	3,500円/月	
29	Happyエアロビクス	髙橋みゆき	毎週日曜日	9:30	5/5	通年	600円/回	
30	太極拳(昼)	太極拳指導員	毎週火曜日	10:30	5/7	通年	500円/月	
31	太極拳ｅｔｃ(夜)	太極拳指導員	毎週木曜日	19:00	5/9	通年	500円/月	
32	雪割草栽培	宮 下　直	毎週木曜日	9:30	5/2	通年	材料費実費	
33	書道教室	岡 田　綾	毎週火曜日	18:30	5/7	通年	4,500円/月 ※別途年会費入会金	
34	南魚沼産手話ひかり	中 原 健 闘 勝 又 孝 菜	苗組　第1・3金曜日 稲組　不定期日曜日	19:00 9:30	5/10	通年	2,000円/年	

教養講座

大和公民館の新規お申し込みは、大和公民館（☎777-4671）まで電話または12ページの申込書を大和公民館へ持参ください。

	講座名	講　師	開催日	開始時間	初日	終了	受講料・備考	会場
35	絵手紙サークル「花」	－	第2・4木曜日	13:30	5/ 8	通年	材料費	大和公民館
36	ソフトエアロビクス	林　和美	毎週火曜日	10:00	5/ 7	通年	500円/回	
37	Happyエアロビクス	髙橋みゆき	毎週月曜日	10:30	5/13	通年	600円/回	
38	俳句教室	井口光雄	第2・4木曜日	9:30	5/ 9	通年	1,000円/月	
39	ブラッシュアップ手話（しゅわ）っち	中原健闘 勝又孝菜	不定期	19:00	4/17	通年	1,000円/回	

お問い合わせやお申し込みは、五十沢地域づくり協議会（五十沢地域開発センター内 ☎774-2002）までお電話ください。

講座名	講　師	開催日	開始時間	初日	終了	受講料・備考	会場
着物着付け	角田ケイ子	第2・4木曜日	19:30	5/ 9	11月	10,000円/期間	五十沢地域開発センター
茶道	角田ケイ子	第2・4火曜日	19:30	5/ 7	11月	10,000円/期間	
オランダスタイルフラワーアレンジメント	勝又尚子	第４土曜日	10:00	5/25	11月	3,500円/回（花材込） ※1・2月は実施しません	
いけばな教室	勝又尚子	第2・4木曜日	19:30	5/ 9	通年	2,000円/回 ※1・2・8月は実施しません	
Happyエアロビクス	髙橋みゆき	毎週火曜日	19:30	5/ 7	通年	600円/回	
津軽三味線	細矢修治	第2・4金曜日	19:30	5/10	11月	2,000円/月	
紙バンドでつくる雑貨	山本千恵子	第４水曜日	13:00	6/26	通年	500円/回 ※別途材料費実費 ※5・9月は実施しません	

お問い合わせやお申し込みは、大巻地域づくり協議会（大巻地域開発センター内 ☎776-2032）までお電話ください。

講座名	講　師	開催日	開始時間	開始月	終了	受講料・備考	会場
書道	梅田由美	第1・3土曜日	10:00	4月	通年	700円/月	大巻地域開発センター
ハタヨガ	吉田順子	毎週木曜日	10:30	4月	通年	2,000円/月（月：4回）	
笑いヨガ（笑う体操） 昼の部　夜の部	若井とき	昼・毎週月曜日 夜・第２月曜日	15:00 18:30	4月	12月	400円/回 ※その他 700円/年	
健康サークル	林　和美	第２・４木曜日	13:30	4月	通年	500円/回	

お問い合わせやお申し込みは、城内地域づくり協議会（城内地域開発センター内 ☎775-2002）までお電話ください。

講座名	講　師	開催日	開始時間	初日	終了	受講料・備考	会場
茶道	清水佐伎子	毎週金曜日	20:00	5/10	通年	7,000円/年	城内地域開発センター
社交ダンス	鈴村貴之	毎週木曜日	19:30 (20:00)	5/ 9	通年	2,000円/月 ※月により開始時間が異なります	
太極拳	川辺明美	毎週火曜日	13:30	5/ 7	通年	10,000円/３ヵ月	

青少年向け事業

のびのび塾　市内小学生対象

子どもたちが、自分のまわりのさまざまな物事に興味をもち、挑戦していくことを目的とした、料理や体験の教室です。班形式での活動を通じて、異なる学校・学年の児童との交流や仲間づくりを行い、子どもたちの生きる力を育みます。開催時に学校を通じて募集要項を配布します。

南魚沼市少年少女合唱団 新団員募集

●**対　象**：南魚沼市・魚沼市・湯沢町の小学３年生～中学３年生
●**内　容**：発声・発音・呼吸法など、美しい合唱をするための基礎を楽しく学習します。
　　コーラスフェスタ・うおぬま Lirica コンサートなどに出演予定
●**指導者**：古川圭子、鈴木規子、種村啓子　他３名
●**年会費**：10,000 円
●**練習日**：原則として土曜日（月３回程度）
　　9：30 ～ 11：30
●**会　場**：中央公民館　実習室など
●**練習開始日**：4 月 13 日（土）10：00　受付 9：45 ～
●**申込・問合せ**：中央公民館（☎ 773 － 6610）

コーラスフェスタ UONUMA コンサートの様子

高齢者向け事業

しゃくなげ学級

●**申 込 方 法**　中央公民館窓口にある申込書を提出してください。
●**開 催 内 容**　自主クラブの活動、映画鑑賞など
●**自主クラブ**　期間：５月から９月（10 月以降も活動を続けるクラブがあります）

クラブ	講　師	練習日	開始時間
書道	桑 原 清 一	第1・3火曜日	9：30
俳句	井 口 光 雄	第1・3火曜日	13：30
民舞	金 井 登 美	第1・3火曜日	13：30
民謡	西 田 史 江	第1・3水曜日	13：30
社交ダンス	鈴 村 貴 之・渡 辺 浩 子	第2・4水曜日	13：00
手芸１班	本 多 壽 子・髙 野 清 美	第1・3水曜日	10：00
手芸２班		第2・4火曜日	10：00
生花	井口小夜子	第2水曜日	9：30
まめだ会	遁所扶美子	第2・4月曜日	13：30

学習発表会

※クラブにより材料費などが必要な場合があります。
※申込者が少数のクラブは、活動を休止する場合があります。あらかじめご了承ください。

高齢者趣味の教室　申し込み・問合せは塩沢公民館（☎ 782-0100）

●**参 加 費**　１教室につき 500 円（教室の初回に講師または代表者が集金します）
●**申込方法**　電話、または塩沢公民館窓口で直接お申し込みください。

	講　座　名	講　師	開催日	開始時間	初日	終了	会　場
40	書道	阿 部 元 昭	第1・3火曜日	13：30	5/ 7	10月	塩沢老人福祉センター
41	絵画	荒 川 重 利	第2・4火曜日	13：30	5/14		
42	陶芸	井 口 英 一	第1・3木曜日	13：30	5/ 2		
43	詩吟	角 田 哲 夫	第2・4水曜日	13：30	5/ 8		
44	竹わら細工	内 藤 貞 治	第2・4金曜日	13：30	5/10		塩沢公民館
45	民踊	上 村 セ ツ	第2・4木曜日	13：30	5/ 9		
46	現代詩を語る	田 嵜 芳 作	第2・4月曜日	13：30	5/13		

※教室により運営費、材料費などが必要な場合があります。
※参加者の希望により、上記期間外の自主講座の実施も可能です。
※陶芸教室は、床に座っての作業となります。あらかじめご了承ください。

その他生涯学習の紹介・案内

スマホ教室 【高齢者対象】【初心者向けの基本教室】

スマートフォンの基本操作を一緒に学んでみませんか？中央・塩沢・大和のそれぞれの公民館で開催を予定しています。詳しい内容や募集方法などは、市報でお知らせします。

プログラミング体験教室（中学生対象）

市内でロボット製作を手掛けている企業と連携し、実際に製作されたロボットの活用方法やプログラミングの基礎知識を学びます。詳しい内容や募集方法は市報等でお知らせします。

市民セミナー（料理教室）

1回ごとの講座を年間で行う、成人向けのセミナーです。令和6年度は、塩沢公民館で5.7.9.11.1月の平日に、あぐりぱーく八色で6.8.10.12.2月の土日または祝日に料理教室を開催します。いずれも午前と午後の2部制で、計20回の開催を予定しています。募集の詳細は市報でお知らせします。

金城大学講座

「金城大学」という事業名称を廃止して、今後は市内全域を対象とした、高齢者向けの新規講座を計画する予定です。詳しい内容や募集方法などは、市報でお知らせします。

囲碁将棋大会 【南魚沼市・魚沼市・湯沢町在住の方が参加対象】

子どもの部をはじめ、階級別に分かれて日頃の成果を発揮する大会です。11月に開催を予定しています。詳細は市報でお知らせします。

たんぽぽ座 【主に大和地域の幼児・小学生と保護者対象】

絵本の読み聞かせ、おばけまつりなど年に6回「よみきかせのつどい」を行っています。同年代のお友だちや保護者の出会いの場を提供しています。興味のある方は、大和公民館までご連絡ください。

日本語交流ひろば（日本語支援教室）【南魚沼市及び近隣に住む外国籍の人が対象】

中央公民館会場　毎週水曜日 18：30 ～ 20：00	大和公民館会場　毎週水曜日 14：00 ～ 16：00

申し込みは不要ですので、直接会場にお越しください。教室の見学も可能です。
【参加費】無料　　【問い合わせ先】社会教育課生涯学習係 ☎ 025-773-6610

家庭教育支援チーム「だんぼの部屋」【六日町・北辰・浦佐・塩沢の各小学校、総合支援学校】

市内5校に誰でも気軽に立ち寄れる部屋を設置しています。ちょっと先輩のママが子育てに関する思いや悩みを聞き、不安の解消やアドバイスを行います。学区外の人も気軽にお立ち寄りください。
【主な活動】　・しゃべり場サロン　・だんぼ通信の発行　・親子教室　・各種学習会
【問い合わせ先】　だんぼの部屋（六日町小学校内）直通電話 ☎ 025-772-2067

青少年の健全育成

- **青少年育成南魚沼市民会議**

  市民会議　年度大会や子育て教室を開催。各地区育成会活動で子どもたちを見守ります。

  心豊かな子育て教室

  0歳から4歳までの乳幼児と保護者を対象に、親子で楽しむ場を提供しています。子育て教室の「合同学級」や、冬期間の親子ふれあい教室の「親子サロン」を予定しています。おじいちゃん、おばあちゃん、マタニティカップルも大歓迎！詳細は市報でお知らせします。

- **南魚沼市子ども会連絡協議会**

  全国子ども会安全共済会に加入して、子ども会活動の安全保障を担います。

南魚沼市民会館では市民の豊かな感性と創造性を育むため、
鑑賞事業、地域の文化活動支援事業、参加創造事業の
3つを柱とした文化事業を開催しています。

南魚沼市民会館

文化イベント

(公財)南魚沼市文化スポーツ振興公社　〒949−6680　南魚沼市六日町865
TEL ／ 025−773−5500　FAX ／ 025−772−8161
URL ／ http://www.6bun.jp/kaikan　E-mail ／ info@6bun.jp

◆鑑賞事業

期　日	事　業　名	料金(円)	出　演　者　等
4月20日	高嶋ちさ子＆加羽沢美濃〜ゆかいな音楽会	7,300円	高嶋ちさ子・加羽沢美濃 ほか
8月10日	秋川雅史×笛田博昭ジョイントリサイタル	2,500 〜 5,500円	秋川雅史・笛田博昭　ほか
8月12日	鈴木規子と愉快な仲間たち LA VOCE Ⅱ「こうのとりの贈り物」	2,000円	鈴木規子　ほか
9月 8日	笑激!! お笑いカーニバルin南魚沼	4,500円	未定
10月14日	劇団四季ファミリーミュージカル 「ふたりのロッテ」	未定	劇団四季
11月10日	新日本フィルハーモニー交響楽団特別演奏会	未定	新日本フィルハーモニー交響楽団
未定	優秀映画鑑賞事業	1,000円	未定

高嶋ちさ子

笛田博昭

◆地域の文化活動支援事業

期　日	事　業　名	料金(円)	出　演　者　等
6月 2日	第5回南魚沼芸能フェスティバル	無料	市内芸能団体
8月24日	おんがくだいすき！	無料	魚沼吹奏楽団
11月 9日	うおぬまLiricaコンサート	未定	うおぬまLirica
11月23日	オペラ「椿姫」	未定	未定
12月15日	第23回リコーダーコンサート	無料	リコーダー教室

◆参加創造事業

期　日	事　業　名	参加費(円)	講　師　等
5 〜 12月	リコーダー教室	4,000〜8,000円	根津江美子
5月19日	バックステージツアー	無料	未定
通年	南魚沼市民合唱団うおぬまLirica	月　5,000円	鈴木規子
未定	大ホール貸切体験 グランドピアノを弾いてみよう	1区分　500円	−
未定	演劇セミナー	無料	未定

※このほかにも追加事業を予定しています　※開催内容などについては変更になる場合があります

スポーツイベント

市民のみなさまの「だれもが、いつでも、どこでも」気軽に参加できることを目指して、
次のような事業が開催予定です。四季それぞれのスポーツを、健康づくりに、体力向
上にあるいは仲間づくりに活かしていただき、充実したスポーツライフをお楽しみく
ださい。大勢のみなさまからの参加、応援をお待ちしております。

事　業　名	開催予定日	事業概要・会場等
招待高校野球　招待校VS地元校	6/1 (土)〜2 (日)	花咲徳栄高招待、ベーマガSTADIUM
第20回さわやかジョギング大会	6/2 (日)	八色の森周辺特設コース
第15回南魚沼グルメマラソン	6/9 (日)	八色の森周辺特設コース
第20回南魚沼市長杯ジュニアジャンプ大会	6/16 (日)	五日町シャンツェ
第20回南魚沼市ナイトウォーク	7/27 (土)	塩沢コース
市民登山	8/17(土)〜18(日)	富山県　薬師岳
全早稲田戦 早稲田大野球部×OB現役社会人	8月	ベーマガSTADIUM
第36回塩沢ジャンプ大会	8/24 (土)〜25 (日)	県営石打丸山シャンツェ
イースタンリーグ「オイシックス×ロッテ」	8/24 (土)〜25 (日)	ベーマガSTADIUM
イースタンリーグ「西武×DeNA」	8/31 (土)	ベーマガSTADIUM
南魚沼サイクルフェスタ (グルメライド・クリテリウム・ロードレース)	9/21 (土)〜23 (月)・(祝)	坂戸・三国川ダム周辺　他
令和6年度体力測定会	10/14 (月)・(祝)	二日町体育館
第20回南魚沼市縦断駅伝大会	10/27 (日)	32.5㎞　7区間
第46回ノルウェー大使杯争奪スキー大会	2月中旬	欠之上クロスカントリーコース
第66回レルヒカップ争奪大回転競技大会	2月下旬	シャトー塩沢スキー場
第19回南魚沼ジュニアスキー大会	3月上旬	八海山麓スキー場

総合型地域スポーツクラブ 南魚スポーツパラダイス

公益財団法人南魚沼市文化スポーツ振興公社　ディスポート南魚沼 検索

〒949-6611　新潟県南魚沼市坂戸372
ディスポート南魚沼内
TEL：025-773-3210　FAX：025-773-6955
URL：http：//www.6bun.jp/spopara/　※

※当クラブは、SC全国ネットワークに登録されたクラブです。

＊スポパラ年会費＊

個人会員	6,290円
ファミリー会員（同一世帯5名まで）	18,860円
ジュニアスポーツクラブ会員	1,570円
特別会員（障がい者　ほか）	4,190円

※令和6年4月1日～令和7年3月31日まで有効。（保険料含む）

◆教室一覧　スポパラでは、多くの教室・事業を開催しています。自分に合ったプログラムを見つけましょう。

リズム体操	スポーツチャンバラ	ステップフィットネス	ディスコステップ	スラックラインクラブ
ベビーマッサージ	らくらく青竹	リラックスヨガ	楽しいキッズダンス	ナイトフィットネス
ナイトヨガ	ボディメイキング	フラダンス	ゆるビクス	パワーヨガ
体育寺子屋	トータルリセット	卓球	４人制ワンバレークラブ	６人制ワンバレークラブ
チャレンジ坂戸山	チャレンジ世界一周	親子水泳	幼児水泳	小・中学生水泳
一般水泳	シニア水泳	水中運動各種	チャレンジ(障がいがある方等)水泳	

※詳細については、お問い合わせ又はスポパラパンフレット・各教室参加者募集要項・市報等をご覧ください。

◆ジュニアスポーツクラブ一覧　（　）内はクラブ数

野球(12)	サッカー（5)	バレーボール(2)	バスケットボール(4)
バドミントン(3)	硬式テニス(3)	ソフトテニス(1)	剣道(4)
柔道(4)	空手(2)	すもう(1)	レスリング(1)
スケートボード(1)	陸上競技(1)	運動全般(1)	スノーボード(2)
クロスカントリースキー（1)	スキージャンプ(1)	フリースタイルスキー（1)	アルペンスキー（7)

総合型地域スポーツクラブ スポーツ&ライフ南魚沼

楽しい教室がもりだくさん！

〒949-6424　新潟県南魚沼市万条新田417 大原運動公園管理事務所(ベーマガSTADIUM内)
TEL：025-788-0240　FAX：025-788-0247

スポーツ教室		
教室名	内容	対象
エアロビクス教室	体力がなくても大丈夫！有酸素運動で体力づくりやダイエットに！	どなたでも
ヨガ教室（月曜・水曜・木曜）	心がほんわか和む場所！心も体も美しくリフレッシュ。（月・木は夜、水は昼開催となります。）	どなたでも
ピラティス教室	体幹を鍛え姿勢改善、ダイエットに！内側から鍛え理想のボディを目指しましょう！	どなたでも
合気道教室	初心者の方もお気軽に！ 礼儀・礼節や集中力が身につくのはもちろん、自分の身体を操れるようになりましょう！	小学5年生～
ナイターテニス教室	初心者から中級者まで南魚沼市テニス協会のコーチが丁寧に指導を行います！	どなたでも

スポーツクラブ		
教室名	内容	対象
BTC軟式	もっと野球がうまくなりたい、普段の活動だけでは物足りないと感じている方に！	南魚沼郡市内中学生
ジュニアマルチスポーツクラブ	様々なスポーツを体験しながら各競技のルールや特長を身につけ、スポーツの楽しさを体験してもらうクラブです！	年長～小学2年生
ランニングクラブ	運動不足解消、ダイエットや目標タイム更新、本気でレベルアップを目指す方まで！	どなたでも
AthleteClub（陸上競技）	競技力の向上を目指すことはもちろんですが、次のステージでの陸上競技を継続、活躍を目指し、楽しく陸上競技に取り組みます。	小学５年生～中学３年生

※詳細につきましては3月中旬新聞折り込みのスポーツ＆ライフ南魚沼教室案内パンフレット、SNSをご覧ください。
※内容等が変更になる場合があります。

文化振興

文化振興イベント

文化財に接する体験や芸術鑑賞を通して、地域文化の振興をはかります。

事業名	期　日	会　場
考古学体験（まが玉づくり）	8月中旬	南魚沼市中央公民館
第56回南魚沼美術展覧会 （実行委員による美術体験教室）	9月13日～16日 （6月下旬～）	ディスポート南魚沼 （市内各地）
越後上布体験講座（一般向け）	2月下旬	塩沢織物会館ほか
のびのびコンサート（巡回演奏会）	3月中旬	市内小学校

考古学体験　まが玉づくり

越後上布体験講座

市制施行 20 周年を記念して各文化施設で企画展を行います。

事業名	期　日	会　場
北里大学健康科学部開設記念 「韮崎大村美術館所蔵品展」	4月6日～5月14日	池田記念美術館
南魚沼の画家展 ―繁城山法音寺平成蔵収納作品より―	4月27日～6月18日	トミオカホワイト美術館
「南魚沼市の家系図」市の文化財を紹介	10月2日～11月25日	鈴木牧之記念館

歴史資料の保存と活用

郷土の歴史・文化を後世に伝えていくため、地域に残る歴史資料の調査・収集・保存を行っています。収集した資料などを活用し、古文書教室など開催しています。町史の販売も行っています。

町史販売ページ

●浦佐毘沙門堂の裸押合関連資料
報告書　3,000円
【販売窓口】中央公民館、大和公民館、塩沢公民館
映像記録DVD（2枚組）　1,000円
【販売窓口】池田記念美術館、びしゃもん市（雪国おくにじまん会館）、大和観光協会、普光寺

子ども・若者相談支援センター　◇通称：子若センター◇

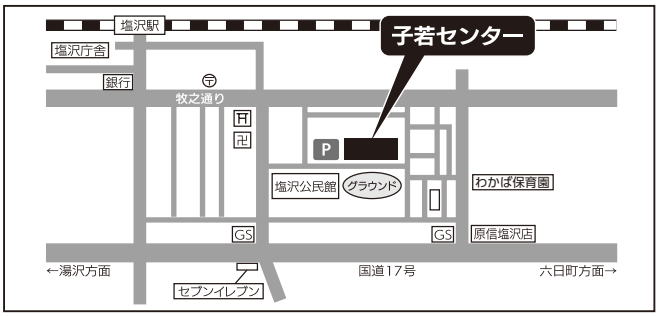
〒949-6408　南魚沼市塩沢610番地13
代表☎788-1950　子ども支援☎788-1952　若者支援☎788-1951
相談受付　月～金曜日　8:30 ～ 16:30（祝日、年始年末を除く）

施設概要
・活動ルーム４部屋　・相談室４部屋
・多目的ルーム　・和室、ほか
・活動ルームやまと1部屋

子ども支援

対象：義務教育期の児童生徒と保護者、関係者

不登校等に悩む児童生徒の学校復帰や社会参加へ向けて一人ひとりに応じた支援を行います。
○来所や家庭訪問、学校での相談
○児童生徒の来所支援（学習や体験活動等）
　月～金曜日（水曜日の午後、祝日、年末年始等を除く）
○学習の場「スタディルーム」
　火・木・金曜日の午後（祝日、年末年始等を除く）
○活動ルームやまと（大和庁舎２階での支援）
○心の教室相談員（中学校での相談）



若者支援

対象：義務教育終了～ 39歳の若者と家族、関係者

ひきこもり、ニート等に悩む若者が、それぞれの望む社会生活や就労に向けて一歩を踏み出せるように、一人ひとりに応じた支援を行います。
○来所や家庭訪問、他施設を利用した相談
○若者が家庭外で安心して過ごせる居場所の提供
　月～金曜日（水曜日の午後、祝日、年末年始等を除く）
○各種プログラムの開催
　• コミュニケーショントレーニング
　• 就労に向けた講座や職場見学・体験
　• 臨床心理士による「こころの相談会」
　• わが子の自立を願う「家族の集い」

南魚沼市図書館 えきまえ図書館本の杜 Minamiuonuma City Library

南魚沼市図書館（773-6677）
- 開館時間　平日　9：30 ～ 20：00、土・日・祝　9：30 ～ 19：00
- 休 館 日　毎月第 1・3 木曜日（祝日の場合は翌日）、年末年始 12/31 ～ 1/3
- 蔵書点検　4/15 ～ 4/19（期間中は休館です）

大和図書館（777-4671）
- 開館時間　月（祝日除く）9：00 ～ 17：00
  火～金　9：00 ～ 20：00
  土・日・祝　9：00 ～ 19：00
- 休 館 日　年末年始 12/29 ～ 1/3、10/19 ～ 10/20
- 蔵書点検　4/8 ～ 4/11（期間中は休館です）

塩沢図書館（782-0100）
- 開館時間　月（祝日含む）9：00 ～ 17：00
  火～金　9：00 ～ 20：00
  土・日・祝　9：00 ～ 19：00
- 休 館 日　年末年始 12/29 ～ 1/3、6/3 ～ 6/4
- 蔵書点検　4/22 ～ 4/25（期間中は休館です）

- 本や雑誌、DVD等を借りるには、図書利用カードが必要です。（図書利用カードは3年ごとに更新が必要です。）市内に住んでいる人、通勤・通学している人。魚沼市・湯沢町に住んでいる人は、図書利用カードを作ることができます。氏名、住所が確認できるもの（免許証・保険証など）をお持ちください。市内に通勤・通学している場合は、通勤・通学を確認できる書類（社員証、学生証など）も必要になります。
- 現在の貸出し冊数は、20冊まで。（そのうち、雑誌は3冊、新着資料は5冊まで。）DVDとCDは3点まで。

図書館をもっと活用しよう！　南魚沼市図書館ではこんなことができます。

★読書通帳を使って、読書履歴を貯めよう！

読書通帳とは、図書館で借りた本の日付、書名、著者名を通帳型の冊子に印字するものです。
0 ～ 18歳には無料で配布します。一般の方は有料となります。（100円）

★図書館をいつでも、どこでも、便利に使おう！

パスワードを登録すると、図書館に足を運ばなくても、南魚沼市図書館のインターネットサイト（WebOPAC）から、いつでも簡単に貸出期間の延長、図書の予約や利用状況の確認ができます。利用照会メニューから、「My本棚」や「読書マラソン」など読書履歴の管理もできます。読書履歴の表示には、利用を開始することに同意していただく必要があります。（同意する前に利用した本は表示できません）
※パスワードの新規登録・変更は、WebOPACでいつでもできます。不明な点はお問い合わせください。

市のウェブサイトから、南魚沼市図書館へ進んでください。または、南魚沼市図書館 で検索！

おすすめ本のブックリストをご活用ください！

お子さんにどんな本を読んであげたらいいか、どんな本を読ませたらいいのか、迷ったときは、図書館おすすめのブックリストを参考にしてください。リスト以外にもたくさんの本があります。お気軽にお声がけください。おすすめの本を紹介します。

楽しいイベント盛りだくさん！

幼児・小学生向け

★絵本のへや★
- 会場　南魚沼市図書館
- 日時　毎週水曜日 11：00 ～
- 対象　乳幼児・保護者
- 内容　読み聞かせ、手遊び、パネルシアターなど

★読書のつどい★
- 会場　南魚沼市図書館
- 日時　毎月 1 回土曜日 10：30 ～
- 対象　幼児・小学生・保護者
- 内容　読み聞かせ、かみしばい、パネルシアター、工作など

★おはなしのじかん★
- 会場　南魚沼市図書館
- 日時　毎月 1 回　日曜日 11：00 ～
- 対象　幼児・保護者
- 内容　読み聞かせ、手遊びなど

★絵本であそぼ★
- 会場　大和公民館
- 日時　第 4 金曜日 10：00 ～
- 対象　乳幼児・保護者
- 内容　読み聞かせ、歌、工作、パネルシアターなど

高齢者、一般向け

★毎月第２木曜日はプラチナデイ★

いつまでも錆びないプラチナのように輝く世代へ向けて DVD 上映会などのイベントを実施しています。

申　込　書

希望の会場と講座名を記入してください。

番号	会　場	講　座

キリトリセン

必要事項をご記入ください。

住　所	〒949－ 南魚沼市
フリガナ	
氏　名	
電　話	

キリトリセン

3ページから6ページの中にある番号のある講座のお申し込みは、右申込書を記入し切り取り中央・塩沢・大和公民館へ持参いただくか、中央・塩沢・大和公民館に電話でお申し込みください。

7ページ以降につきましては、それぞれの施設へお問い合わせください。

主な生涯学習関連施設の電話番号等

施設名		住所	電話番号	ファクシミリ番号
中央公民館	生涯学習係	六日町865	773-6610	772-8161
	文化振興係		773-3756	
	生涯スポーツ係		773-6630	
大和公民館 コミュニティホールさわらび		浦佐5175-1	777-4671	777-5116
塩沢公民館		塩沢608-1	782-0100	782-3888
南魚沼市図書館		六日町101-8	773-6677	788-0340
子ども・若者 相談支援センター	子ども支援担当	塩沢610-13	788-1952 788-1953	788-1954
	若者支援担当		788-1951	
南魚沼市民会館		六日町865	773-5500	772-8161
ディスポート南魚沼		坂戸372	773-6620	773-6955
南魚沼市トレーニングセンター		下一日市31-1	783-3290	783-3291
大原運動公園		万条新田417	783-3533	788-0247
五十沢地域開発センター		宮472-3	774-2002	774-2003
大巻地域開発センター		寺尾238-1	776-2032	776-2098
城内地域開発センター		上原632-24	775-2002	775-2019