

講座・イベント

冬は日本酒の季節！ 環島海日本酒キャンペーン

にかほ市、由利本荘市、遊佐町、酒田市の13酒蔵の日本酒を2、000円以上購入（オンラインでの購入も可）し、レシートと商品の写真を応募フォームから送信すると抽選でプレゼントが当たるキャンペーンを実施します。
期間／2月28日（土）～3月2日（月）
応募締切／3月2日（月）
由利地域振興局地域企画課 ☎22・5432

冬のわくわくプレーパーク

この冬、ポニーランド花立で雪を楽しむ遊び場を開放します。雪いっぱいの大自然で冬の思い出をつくりませんか。喫茶コーナーもやっています。
期間／1月1日（木）～3月22日（日）の土日祝日・10時～15時
会場／ポニーランド花立
雪遊びメニュー／▽無料：そり遊び、雪だるま作り、かまくら作り、凧あげ、射的ほか
有料：11時～12時・雪でアイススクリーム作り1、000円（要予約）、13時～15時

図書館3館合同企画 本の福袋「お年玉」

市内図書館3館より、冬に おすすめの本をセット（2、3冊）にして貸し出します。一年の始まりに読書を楽しんで、心も身体もポカポカ温まりませんか。無くなり次第終了となります。
期間／1月4日（日）～12日（月）
会場／市内3図書館
図書館ごびあ ☎32・4100

初心者向け つるし飾りとお雛様作りの講習会

日時／第2・第4木曜日・13時30分～
会場／仁賀保公民館
参加費／1、000円（材料費込み）
鳥海高原矢鳥スキー場 ☎56・2182

令和8年合同寒稽古

県内の実戦空手道6団体が合同で海中寒稽古を行います。見学・撮影は自由ですので、ぜひお越しください。

日時／1月11日（日）・11時30分頃～
会場／平沢海水浴場

円撃会 渋谷 ☎090・4317・0183

キッズスポーツスクール

日時／1月11日（日）、2月1日（日）・10時～11時
会場／象潟体育館
内容／動きづくり、ボール遊びなど
対象／5～7歳児
参加費／500円（保険料込み、親子・兄弟含む）
BSスポーツクラブにかほ ☎44・8663

無料スキー講習会

日時／1月12日（月）・10時～15時（当日受付9時～）
会場／鳥海高原矢鳥スキー場
対象／小学2年生以上
参加費／無料（保険料500円・リフト代、昼食は各自）
鳥海高原矢鳥スキー場 ☎56・2182

由利組合総合病院内サロン「おひさま」

期日／1月13日（火）
会場／由利組合総合病院がん相談支援センター
内容／▽11時～11時30分・皮膚・排泄ケア認定
1月18日（日）
関連推進課 國重 ☎43・7510

にかほマルシェ2026冬 第3回桂三若・桂三度落語二人会

日時／1月25日（日）・13時～15時30分
会場／仁賀保勤労青少年ホーム
内容／▽11時～13時・マルシェ▽14時～（開場13時）
二人会
料金／▽前売券2、000円▽当日券2、500円（税込、全席自由席）
にかほ市商工会青年部事務局 ☎38・3350

BSレクリエーション「ボウリング」

日時／1月28日（水）・13時～15時30分
会場／はまなすファミリーボウル（由利本荘市西目・現地集合）
参加費／1、500円（ゲーム・靴代、保険料込み）
持ち物／運動できる服装、飲み物
BSスポーツクラブにかほ ☎44・8663

第21回由利本荘美術展

絵画、書道、工芸、写真などの作品を一堂に展示する美術展です。（入場無料）

定看護師からミニ学習会「がん治療とスキンケア」

▽13時30分～15時・茶話会
対象／がん患者、家族、遺族、地域住民
由利組合総合病院 ☎27・1200

冬のプラネタリウム教室

日時／1月17日（土）、18日（日）・14時～15時（受付13時40分）
会場／カダレ（由利本荘市）
内容／冬の星座と神話、冬に見られる天体・天文現象など
参加費／無料
定員／各40人
申込／1月7日（水）以降左記に電話で申し込み
由利本荘市教育支援センター ☎22・3166（月水木の9時～15時）
カダレ事務局 ☎22・2500（①以外の時間）
小学生以下保護者同伴。
由利本荘市教育支援センター ☎22・3166

暮らしの保健室「ひだまり」

期日／1月18日（日）
会場／カダレ（由利本荘市）
内容／▽10時30分～12時・人生いろいろ、不妊治療やがんのこと（ひだまり）な会員・助

元滝伏流水スノートレック

日時／①2月1日（日）②8日（日）・9時40分～12時30分（受付は観光協会窓口で8時30分～）
散策場所／元滝伏流水、栗山池公園
参加費／無料
定員／各20人（先着順）
申込／下記QRから
申込期限／①1月25日（日）②2月1日（日）
※スノーシュー、ストックは無料貸し出し。
※各自で元滝駐車場に移動。
にかほ市観光協会 ☎43・6608

野生動物被害防止対策講座

日時／2月13日（金）・15時～16時
会場／仁賀保公民館
内容／クマ出没が頻発していることについての県庁出前講座
受講料／無料
定員／20人
募集期間／1月6日（火）～30日（金）
仁賀保公民館 ☎37・3121

健康づくり食育教室④（仁賀保会場）

4回目の内容は「認知症予防の食生活」の講話と「認知症予防の食事」の調理実習です。
日時／1月20日（火）、21日

あげあげZooom配信

仁賀保公民館と象潟公民館を受信会場に、講座をZoom配信します。お近くの公民館で、ヨガ教室にオンラインで参加してみませんか。
日時／1月20日（火）・10時～11時30分
会場／仁賀保公民館、象潟公民館
講師／齋藤真弓さん
受講料／無料（申込不要）
持ち物／ヨガマット、タオル、飲み物
金浦公民館 ☎38・2049

仁賀保公民館と象潟公民館を受信会場に、講座をZoom配信します。

お近くの公民館で、ヨガ教室にオンラインで参加してみませんか。
日時／1月20日（火）・10時～11時30分
会場／金浦体育館
内容／▽13時～14時・老化物質蓄積状況チェック▽13時30分～14時20分・インターバル速歩▽14時30分～15時30分・キンボール
参加費／一般100円
持ち物／運動できる服装、飲み物
BSスポーツクラブにかほ ☎44・8663

にかほ国際キッチン「だまご鍋をみんなで作ろう！」

市内のさまざまな国の人で集まり、一緒に食事を作って食べよう！今回は日本をテーマに、だまご鍋を作ります。料理やおしゃべりを通じて国際交流を楽しみましょう。
日時／1月25日（日）・10時30分～14時
会場／仁賀保公民館
参加費／1、200円（学生以下800円）
申込／下記QRから
申込期限／

健康チエック&エンジヨイスports教室

日時／1月21日（水）・13時～15時30分
会場／金浦体育館
内容／▽13時～14時・老化物質蓄積状況チェック▽13時30分～14時20分・インターバル速歩▽14時30分～15時30分・キンボール
参加費／一般100円
持ち物／運動できる服装、飲み物
BSスポーツクラブにかほ ☎44・8663