

Nikaho's Information

くらしの 掲示板

学び・趣味・講座

おもちゃライブラリーin 金浦&象潟

チビっ子遊びにおいて！
 日時 ①1月23日(水)午前10時～11時30分、②1月28日(月)午前10時～11時30分
 会場 ①金浦保健センター、②象潟保健センター
 ※申込・参加費不要、保護者同伴
 問合せ 市社会福祉協議会 ☎43・2543

雇用・労働・職業

秋田県商工会連合会主催 「創業塾」受講生募集

創業の一步を踏み出しませんか。
 期日 1月30日(水)～2月1日(金)
 時間 午後1時30分～
 会場 由利本荘市商工会西目支所
 申込期限 1月18日(金)
 受講料 3,000円
 定員 10名
 講師 (株)フォーライフコンサルティング代表取締役 塩野富佐男氏
 申込・問合せ 市商工会金浦本所 ☎38・3350

スポーツ

室内ウォーキング教室

ウォーキングの基本を学んでみませんか。寒くても歩けば心も爽やか。
 期日 2月3日(日)
 時間 午前10時～正午
 会場 象潟公民館

エコ布ぞうりを作ろう

洗える、床掃除もできる布ぞうりを作りませんか。
 期日 1月29日(火)
 時間 午前9時30分～正午
 会場 象潟公民館
 講師 佐々木和子氏
 持ち物 古布(木綿)、裁縫道具、足を使うのでズボン着用
 参加費 3000円(受講料、材料代)
 定員 15名
 申込期限 1月28日(月)
 申込・問合せ 象潟公民館 ☎43・2229

裂き織り初心者講座

布を裂き、糸状にしたものを織り込んで、ミニテールセンターを作ります。
 期日 1月29日(火)、2月5日(火)、19日(火)
 時間 午前10時～午後4時
 会場 仁賀保公民館
 参加費 1000円(別途材料代1,000円程)
 定員 初心者5名
 持ち物 古い着物、端布など

シェイプアップ教室

脂肪燃焼エクササイズや筋トレで冬太りを解消しよう！申込不要、飛び入り参加大歓迎。
 期日 2月7日(木)
 時間 午後7時30分～8時40分
 会場 象潟公民館
 講師 齋藤真弓氏ほか
 参加費 3000円
 持ち物 室内シューズ、飲料、ヨガマット
 問合せ 伊東 ☎090・2603・2013

ニースポーツ教室&BSオープン「スポーツ吹矢」

誰でも楽しくできる有酸素運動の競技です。
 期日 2月9日(土)
 時間 午前10時～午後0時30分

第7回国際料理交流会

料理作りや食事をしながら交流を深めましょう。
 期日 2月2日(土)
 時間 午前9時～午後2時
 会場 象潟構造改善センター
 メニュー 米国・中国などの料理(講師4名)
 参加費 5000円(保護者同伴の場合は小学生以下無料)
 定員 50名
 申込期限 1月29日(火)
 申込・問合せ アナコリーテ ス委員会本間 ☎090・6256・8519

ロボコン大会参加への第一歩 ロボット教室

期日 2月3日(日)
 時間 ①午前9時30分～正午 ②午後1時30分～4時
 対象 小学4～6年生

たたみ2畳エクササイズ②

畳2畳のスペースがあれば家庭でもできるエクササイズを紹介します。
 期日 2月13日(水)
 時間 午前10時～11時15分
 会場 金浦公民館
 講師 齋藤真弓氏
 参加費 1000円
 持ち物 室内シューズ、動きやすい服装、飲料
 申込期限 2月6日(水)
 ※託児あり(要申込、費用1000円)
 申込・問合せ スポーツ振興課 ☎33・8855

第7回にかほ市フットサル大会

期日 2月17日(日)
 時間 午前9時～
 会場 象潟体育館、とんが

秋田栄養短期大学移動公開講座

にかほ市の冬の味覚である「鱈」をテーマにした講義・調理実習です。
 期日 2月23日(土)
 時間 午前9時50分～午後1時
 会場 金浦公民館
 講義 ①鱈の旬―その分類と生態―②鱈を使った料理の特徴
 講師 秋田栄養短期大学栄養学科 講師外城寿哉氏、准教授伊藤千夏氏
 調理実習 鱈を使った白いメニュー
 参加費 無料
 定員 15名
 持ち物 エプロン、三角巾
 申込期限 2月8日(金)
 申込・問合せ 社会教育課 ☎38・2049

イベント・催し物

ケース&マサコンサート

期日 1月26日(土)
 開場 午後1時～
 開演 午後2時～
 会場・チケット販売 仁賀保勤労青少年ホーム
 チケット 当日2,500円、前売2,000円
 問合せ 千葉 ☎070・6622・6349

り童夢パオ

参加資格 ①市内在住・在勤・在学者で中学生以上 ②1チーム5人以上
 で申込(中学生は学校の許可要)
 参加費 1,000円/チーム及び保険料1000円/人
 申込期限 1月31日(木)まで
 申込書・メンバー表を提出
 ※代表者会議は2月7日(木)
 申込先 象潟体育館
 問合せ 市サッカー協会 佐々木 ☎090・5357・8276