

### 燕市体育施設スポーツ祭

【燕市体育センター】  
 時 6月20日(出) 12:30~16:30  
 内 スポレック、バドミントン、バスケットボールなど  
 問 燕市体育センター ☎ 64・3091

【吉田総合体育館】  
 時 6月27日(出) ① 12:30~14:30 / ② 14:30~16:30 / ③ 12:30~16:30  
 内 ① スポレック / ② バドミントン / ③ フリースペース  
 問 吉田総合体育館 ☎ 92・5100

【分水総合体育館】  
 時 ① 6月10日(休) 19:00~21:00 / ② 21日(日) 12:30~16:30 / ③ 24日(休) 19:00~21:00  
 内 ① バスケットボール / ② スポレック、バドミントン、バスケットボールなど / ③ スポレック、バドミントン  
 問 分水総合体育館 ☎ 97・1411

【B & G 海洋センター】  
 時 6月21日(日)  
 内 小型仮設温泉浴プールもあります。  
 問 B & G 海洋センター ☎ 64・5207 [詳細はこちら▶](#)



### 市民親善7人制ソフトバレー大会

時 6月28日(日) 9:00~  
 所 燕市体育センター、分水総合体育館  
 対 市内在住・在勤の人  
 ¥ 1チーム 2,000円  
 他 組み合わせは事務局による抽選とします。抽選結果は6月21日(日)に燕市スポーツ協会ホームページにて掲載します。  
 申 6月13日(出) 17:00までに申込場所に申込書を提出(燕市体育センターのみファクス可) 燕市体育センター ☎ 64・3090  
 問 燕市スポーツ協会 ☎ 64・3091 [詳細はこちら▶](#)



### 個別食事相談会

時 7月13日(月) ① 9:30~10:30 / ② 10:30~11:30  
 所 中央公民館  
 対 市内在住で食事改善に関心のある人  
 定 4人(各枠2人)  
 持 最近の血液検査結果か健診結果、「栄養つばめ便」(お持ちの人)  
 申 7月9日(休)までに申込フォームか電話にて  
 問 保健センター ☎ 93・5461 [申込みはこちら▶](#)



### 入院後も安心して暮らすための支援について

県央地域の病院では、高齢者の入院をきっかけに生じる生活課題に対応するため、医療ソーシャルワーカーや看護師が面談を行い、退院後の療養先や在宅復帰を支援しています。介護保険や福祉制度、生活面・経済面の相談にも応じ、地域と連携して継続的に支援します。  
 問 健康づくり課 健康推進係 ☎ 77・8182 [詳細はこちら▶](#)



### スポーツ

#### スポーツランド燕教室

時 ① ZUMBA…6月9日(火)・15日(月)・22日(月)・29日(月) 11:15~12:00 / ② 脳トレ手芸教室…6月11日(休)・25日(休) 10:00~12:00 / ③ スケートボード教室…6月13日(出)・21日(日) 10:00~11:00、11:30~12:30  
 所 スポーツランド燕  
 定 ①各20人 / ②各8人 / ③各10人  
 ¥ ①各700円 / ②各1,650円・材料費1,100円(初回) / ③各500円  
 持 ①内履き、飲み物、タオル  
 他 ③道具の貸し出しあり  
 問 スポーツランド燕 ☎ 66・1800

### スポーツトレーナーに学ぶダイエット

夏に向けて身体を変えるダイエットの基礎知識や運動と食事での健康的に体脂肪を減らし、無理なく続くダイエット方法を学びます。  
 時 6月21日(日) 10:00~11:00  
 所 吉田産業会館  
 定 20人程度  
 ¥ 500円  
 講 師 中原忍さん(パーソナルトレーニンググループ YOSHIDA 代表)  
 申 電話か窓口にて  
 問 吉田産業会館 ☎ 92・2500



### やさしいリンパケア教室

やさしく触れて、揺らして、緩ませる、セルフケア体験をしてみませんか。  
 時 6月25日(休) 10:00~11:00  
 所 吉田産業会館  
 定 15人程度  
 ¥ 500円  
 講 師 秋澤絵理さん(シエン代表)  
 申 電話か窓口にて  
 問 吉田産業会館 ☎ 92・2500

### 難病患者・家族相談会 はつらつ会(交流会)

時 7月9日(休) 9:30~11:30  
 所 燕市障がい者地域生活支援センターはばたき「ゆうひ」  
 対 パーキンソン病、脊髄小脳変性症、多系統萎縮症の患者と家族  
 内 交流会、作業療法士による講義と実技指導(転びにくい生活の工夫や自宅でできる体操)など  
 申 7月2日(休)までに電話にて  
 問 三条地域振興局 地域保健課 ☎ 0256・36・2363

### 「まさか」は日常にある 子どものヒヤリハット徹底対策

時 7月15日(休) 10:00~12:00  
 所 吉田公民館  
 対 市内在住・在勤の人  
 定 20人  
 内 子どもも大人も気を付けたい家庭内と道路でのヒヤリハットを学びます。日常生活で見落としがちなポイントと対策を一緒に考えます。  
 講 師 日本赤十字社指導員、燕警察署交通安全課職員  
 保 育 ルーム 定員5人程度(7月8日(休)までに申し込み)  
 申 7月13日(月)までに申込フォームか電話にて  
 問 燕市ファミリー・サポート・センター ☎ 77・8550



▲申込みはこちら

### 健康・福祉

#### シルバー人材センター入会説明会

時・所 6月11日(休)…燕勤労者総合福祉センター / 6月17日(休)…吉田産業会館 いずれも 10:00~1時間半程度  
 対 60歳以上の人  
 内 6月17日(休)の説明会は、燕市社会福祉協議会に設置する求人等情報提供窓口「シニアNEXT人材バンク」の説明も行います。  
 ■「シニアNEXT人材バンク」とは介護福祉分野をはじめとした就労やボランティア活動など活躍したいシニア世代の相談窓口です。  
 問 「シルバー人材センター」について…燕市シルバー人材センター ☎ 64・2483 / 「シニアNEXT人材バンク」について…燕市社会福祉協議会 地域福祉課 ☎ 78・7866、長寿福祉課 地域支援相談チーム ☎ 77・8157

### 子育て・教育

#### 教科書展示会

教科書や教科の学習内容へ理解を深めてもらうために、市内小・中学校と高校で現在使用されている教科書を展示します。  
 時・所 6月12日(金)~26日(金) ① 燕市教育センター…9:00~17:00(土・日曜日休館) ※小・中学校・高校の教科書を展示 ② 燕図書館・吉田図書館・分水図書館…9:30~20:00(火~金曜日) / 9:30~17:00(土・日曜日) ※小・中学校の教科書を展示  
 問 学校教育課 指導係 ☎ 77・8191

#### 親子科学教室 「万華鏡を作ろう！」

時 7月11日(出) 9:30~11:30  
 所 燕市教育センター  
 対 燕市・弥彦村の園児(年長児)・小・中学生とその保護者  
 定 先着10組(子ども1人に大人1人以上で1組)  
 内 万華鏡を2種類作ります。  
 講 師 大原研二さん・小林一郎さん(STKサイエンスを楽しむ会)  
 申 6月9日(火) 12:00から30日(火)までに申込フォームにて  
 問 燕・弥彦科学教育センター(燕市教育センター内) ☎ 63・4590



申込みはこちら▶

#### たんぼぼの会

時 7月14日(火)、8月24日(月) 10:00~11:30  
 所 吉田公民館  
 対 障がいや発達に心配のある子どもの保護者  
 内 保護者同士での情報交流会  
 問 子育て応援課 母子保健チーム ☎ 92・6815

### 「太陽光パネル・蓄電池」の共同購入 参加者募集中!

新潟県では、太陽光パネル・蓄電池の「共同購入」の参加者を募集しています。みんなで集まって生まれる大きな購買力を生かして、安心でおトクに購入する機会を提供します。  
 申 12月8日(火)まで  
 問 みんなのうちに太陽光事務局 ☎ 0120・723・100



申込み・詳細はこちら▶

### 講座・教室

#### リアルな起業ストーリー! 小さな店の開業のリアル

時 6月28日(日) 13:30~15:00  
 所 吉田産業会館  
 内 「開業するにはいくら必要か?」など、開業のリアルをお話しします。(参加者にはコーヒーとお菓子あり)  
 ¥ 1,000円(高校生・大学生は無料)  
 講 師 渡邊愛さん(more cafe代表)  
 申 電話か窓口にて  
 問 吉田産業会館 ☎ 92・2500

#### 女性防災リーダー養成講座

防災に関する実践的な知識を身に付け、災害時にリーダーシップを持って動ける女性を養成する講座を開催します。  
 時 全6回(6月27日(出)・7月18日(出)・9月26日(出)・10月17日(出)・11月21日(出)・12月19日(出) いずれも午前中を予定)  
 対 市内在住の成人女性(18歳以上)  
 他 講習会参加者には、市から修了証を発行します。  
 申 6月24日(火)までに電話にて  
 問 防災課 防災対策係 ☎ 77・8381



詳細はこちら▶