

チアリーディング・ラグビー 無料体験会2024 参加者募集

と き 3月31日(日)
・チアリーディング体験
11:40～12:20、13:50～14:30
・ラグビー体験 15:00～16:30

と ころ イオン上越店

対 象 3歳～小学生

定 員 各20人(申込順)

申込方法 電話、ファクス、2次元コード

申込期限 3月30日(土)

申込・問合せ先 NPO 法人ワセダクラブ北信越支部事務局
☎090-2648-3181(清水) FAX 025-512-4337



さんさん子育てカードの送付

カードの有効期限が3月31日で終了するため、4月以降も要件に該当する方には、3月末までに新しいカードを郵送します。新規でカードを交付希望の方は、運転免許証等、本人確認できるものをお持ちのうえ、こども課、能生・青海事務所でお申し込みください。

対 象 高校3年生以下の子どもと同一世帯の方
(世帯分離されている方は該当しません。)

問 合 先 こども課 子育て支援係 ☎552-1511



健康・福祉

市民スポーツ教室 受講生募集

◆体操教室

と き 4月3日～令和7年3月26日
毎週水曜日 18:00～19:30

と ころ 青海生涯学習センター

対 象 小学1・2年生

定 員 10人

参加費 1,500円/月

申込・問合せ先 青海体操クラブ ☎090-3525-4686(秋山)



子育て

子どものことばとこころの発達相談

と き 4月25日(木)9:00～11:30

と ころ 発達支援センターめだか園

内 容 子どもの発達面の心配事を言語聴覚士や臨床心理士に相談できます。

申込期限 4月23日(火)

申込・問合せ先 発達支援センターめだか園 ☎552-8322

さんさん子育てサポート事業 新規協賛店募集

対 象 市内に所在する企業・店舗

申込方法 こども課、能生・青海事務所または市ホームページで配布の申込書をご提出ください。

問 合 先 こども課 子育て支援係 ☎552-1511



健康づくりセンター はびねす 第1期水中運動教室

日程(各コース全11回)		時 間
4月9日～6月18日	毎週火曜日	13:30～14:30
		19:00～20:00
4月10日～6月19日	毎週水曜日	13:30～14:30
4月5日～6月21日	毎週金曜日	10:10～11:10

と ころ 健康づくりセンター

内 容 膝や腰に負担がかからない水中運動

講 師 水中体操認定指導員

定 員 各コース30人

申込方法 健康づくりセンターで配布の申込書をご提出ください。

申込期限 3月27日(水)

参加費 4,400円 ※別途プール利用料が必要です。

そ の 他 ・申込多数の場合は抽選となります。
・抽選結果は、4月1日(月)13:00に健康づくりセンター玄関およびホームページで発表します。

申込・問合せ先 健康づくりセンター ☎561-7788

健康づくりセンター はびねす プール棟の休館

設備の定期点検のため、プール棟を休館します。

休館期間 3月25日(月)～29日(金)

そ の 他 お風呂、フィットネスルーム、スタジオは3月28日(木)の休館日を除き、通常どおり営業します。

問 合 先 健康づくりセンター ☎561-7788