

10月5日(日)

主催：中里公民館 協力：ミオンなかさと

第40回「中里いきいき健康ウォーク」を開催しました

参加者 20 名とスポーツ推進委員 4 名の計 24 名が、約 12 km を歩きました。
途中、雨が降りそうな時間もありましたが、無事開催することができました。

休憩：清津川
フレッシュパーク



「ミオンなかさと」を朝8時30分に出発し、午前10時過ぎに清津川フレッシュパークで休憩を取りました。休憩中は、水分補給をしながら、遊具で遊ぶ元気な子どももいました。後半はひたすら国道 353 号線沿いを歩き、昼12時前には、全員無事にゴールの「ミオンなかさと」に到着！ゴールした参加者には「ミオンなかさと」の無料入浴券と「割烹田町屋」の特製弁当を配りました。心地よい秋風の中、川原や土手でお弁当を食べてから帰る参加者もいました。

地域歴史文化学習会

中里の魅力再発見
～歴史文化遺産と日本遺産～

中里には全国に誇れる「清津峡」や「壬遺跡」、「田沢遺跡」等があります。
魅力ある地域の歴史文化遺産や資源を再発見・新発見しましょう！

- ◆日 時 12月4日(木) 午後7時～午後8時30分
- ◆会 場 中里公民館3階 大会議室
- ◆講 師 十日町市博物館 学芸員 石原 正敏さん
- ◆参加費 無 料（どなたでも参加できます）

12/3(水)
申込締切

▼申込用 QR コード



しめ縄作り教室

しめ縄（しめ縄リース作り他）
手づくりのしめ飾りで新しい年を迎えませんか
初心者から経験者まで家族でも楽しく参加できます

- ◆日 時 12月14日(日) 午前9時30分～午前11時30分
- ◆会 場 中里公民館3階 大会議室
- ◆講 師 鈴木 隆さん
- ◆対象者 市民 初心者～中級者
※小学生以下、保護者同伴
- ◆持ち物 参加費・ハサミ

参加費
1,200 円

12/10(水)
申込締切



▼申込用 QR コード



申込み・問合せ：中里公民館 ☎ 763-2493

◆お電話か QR コードから
お申込みください

中里公民館 12 月の定期講座・教室

【みのり学園】

書道	12/11(木)	9:30～	中里 公民館
歌声	12/11(木)		
ルーシーダットン	12/19(金)	10:00～	保健 センター
レク友の会	12/2(火)・16(火)	13:30～	
いきいき体操教室	毎週水曜日	10:00～	

【いきいき健康ウォーキング教室】

毎週水曜日 20：00～ 集合場所：なかさとアリーナ

※12 月 31 日はお休みです

読み聞かせ教室【おはなしひろば】

12/20 (土) 10：00～ (約 30 分)

会場：中里公民館 2 階和室

対象：幼児～小学校低学年

申込みは
いりません
無料

12 月は「サンタさんとクリスマス会」です。
サンタさんが会いに来てくれるかも♪
いっしょに楽しみましょう☆



お(お)しひろ(ま)で待っています♪

中里支所&中里公民館 11/10～12/20 注目の行事・講座・教室

日にち	行事等	問い合わせ
11/16(日)	中里バスケットボール大会	中里公民館 ☎ 763-2493
11/20(木)	【行政相談】 無料・予約不要・秘密厳守 中里公民館 2 階相談室 午前 10 時～12 時	市民係 ☎ 763-3121
12/4(木)	【地域歴史文化学習会】 中里の魅力を再発見	中里公民館 ☎ 763-2493
12/14(日)	【しめ縄作り教室】 手作りのお正月飾りを作ろう 参加者募集！	
12/20(土)	【おはなしひろば】 サンタさんとクリスマス会	

詳しくは
表面をご覧
ください

【11 月の図書室休館日】

11/23(日)【勤労感謝の日】

11/24(月)【振替休日】

◇祝日及び振替休日は休館です



中里公民館の図書室及び会議室等で自由
にインターネットがご利用いただけます。

中里公民館 クラフト教室 報告

アーティフィシャルフラワーリースを作りました♪

10/27(月)

江村かおるさんの
指導の下、アーティ
フィシャルフラワー
でミニリースを作り
ました。



壁掛けとして、イン
テリアを楽しめると
ともに中央にライト
を灯すとロマンティ
ックな素敵なリース
になりました。

みのり学園「市外めぐり」10/16(木)19名 『宇宙とワインと水族館』上越市

◎「上越清里星のふるさと館」で
プラネタリウム鑑賞し本物の隕石
や県最大の天体望遠鏡で宇宙を
体験♪

◎「岩の原葡萄園」で日本最古
のワイン蔵と雪室を見学。ワイナ
ーレストラン(シェフは十日町市出
身)ではワインを堪能♪

◎「上越市立水族博物館うみが
たり」で飼育数日本一のマゼラン
ペンギンや日本海の生物を観察



十日町情報館中里分室日誌 Vol.52

令和7年度版 図書紹介リーフレット

「いい本、みつけた」が届きました♪

幼児から中学生までのオススメ本を紹介しています。

リーフレットは3種類



・年中児・年長児向け

・小学生用

・中学生用

ご自由に
お持ちください

制作：十日町市青少年育成市民会議
十日町市教育委員会生涯学習課
製作協力：十日町情報館

注意 中里公民館だより「彩り」に掲載の公民館事
業やイベント等は諸事情により、予告なく中止、変更
等することがあります。予め、ご了承ください。

中里公民館だより「彩り」は中里公民館(十日町市)のホームページからカラー版をご覧になることができます