

令和8年度「中里公民館運営委員」及び「中里地区スポーツ推進委員」の紹介

中里公民館運営委員

高橋 敏昭  
中澤 幸子  
滝沢 佳子  
吉楽 隆志  
田中 康平



十日町市スポーツ推進委員中里地区

【会長】 吉楽 一彦  
【委員】 高橋 陽一 村山 大成  
南雲 康弘 鈴木 秀昌  
古高 亮 南雲 一浩  
服部 風馬 井口 麻由美  
中島 絵美 村山 隼也

なかさと自然体験塾

6月13日(土)～14日(日)

1泊2日、妙高の自然のなかで  
楽しく体験活動をしませんか？

場 所：国立妙高青少年自然の家  
(妙高市関山)

対 象：小学5・6年生

活 動：キャンプファイヤー  
自然の中でオリエンテーリング  
クラフト作品作り

申込み：中里公民館

☎ 763-2493

締切り：5月28日(木)

参加  
募集



◆ 詳細については、

募集チラシを小学校から配布します

主催：十日町市子ども会連絡協議会  
中里地区

第39回 2026.4.29(昭和の日)  
信濃川河岸段丘ウォーク

4月29日(水・祝)「第39回信濃川河岸段丘ウォーク」が開催されました。少し肌寒い曇り空でしたが、約200名が中里15kmコースの出発地点である「なかさとアリーナ」からゴールの「キナーレ」を目指して元気よく出発しました。



「なかさとアリーナ」毎月最終金曜日無料開放！

中里地区体育協会事業

中里地区体育協会では「なかさとアリーナ」をたくさんの方に活用していただきたく、毎月最終金曜日に無料開放の時間帯を設けます。子どもからお年寄りまで自由に使用していただき、健康増進につなげましょう。なお、みんなが譲り合いながら楽しくご利用ください。

【日 時】 毎月(令和9年3月まで)最終金曜日  
午後1時～午後9時

【場 所】 なかさとアリーナ(中里体育館)  
「アリーナ」及び「ランニングコースエリア」

【内 容】  
・事前申し込みは必要ありません  
当日受付用紙に必要事項をご記入ください  
・入館料は無料ですが施設の有料備品を使用する場合は各自でご負担ください  
・ケガ等の責任は参加者個々で対応してください



# 中里公民館 6月の定期講座・教室

【みのり学園】 ※住民健診のため日程に変更あり

歌声	6/18(木)	9:30～	中里公民館
ルーシーダットン	6/19(金)	10:00～	
レク友の会	6/2(火)・16(火)	13:30～	
いきいき体操教室	毎週水曜日	10:00～	なかさと アリーナ

## 読み聞かせ教室【おはなしひろば】

～梅雨のおはなし～

6/13(土) 10:00～(約30～40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  
無料です

お(ま)し(ひ)ろ(ば)で待っています♪

## 中里支所&中里公民館

5/10～6/20

### 注目の行事・講座・教室

日にち	行事等	問い合わせ
6/3(月)	【特設人権相談】 無料・予約不要・秘密厳守 中里公民館2階会議室 午後1時30分～3時30分	十日町人権擁護委員協議会 ☎ 752-2575
6/10(水)～12(金)	【住民健診】 会場：中里支所	市民係 ☎ 763-3121
6/13(土)	読み聞かせ教室 【おはなしひろば】 ～梅雨のおはなし～	中里公民館 ☎ 763-2493
6/13(土)～14(日)	十日町市子ども会連絡協議会 中里地区 【なかさと自然体験塾】 「国立妙高青少年自然の家」 で様々な体験学習を行います 小学5・6年生対象	
6/16(火)	グラウンドゴルフ体験会 ※詳細は右の記事にて	
6/18(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9時～11時	市民係 ☎ 763-3121

**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。

**Wi-fi FREE Spot**

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。

## プラネタリウム(ユ-モール2階)

### 「ドーム中里きらら」

毎月第1・第2日曜日 午前11時～(約35分)

大人(高校生以上) 200円

小人(中学生以下) 100円

毎月  
上映内容が  
変わるヨ♪

小学生未満は無料

団体でご利用の場合  
事前にお問い合わせ  
ください



問合せ：中里地域まちづくり協議会

☎ 763-2526 (平日午前中)

## グラウンドゴルフ体験会 参加者募集!

日時：6月16日(火) 小雨決行・雨天中止  
8:30～10:30 (受付8:15～)

会場：清津川フレッシュパーク(現地集合)

参加対象者：中里地域にお住まいの方

参加費：無料

服装：動きやすい服・帽子・運動靴

持ち物：飲み物・タオル、クラブ・ボール

※クラブ等がない方は公民館で用意します。

申し込み：6月2日(火)までに中里公民館へ  
電話・FAX・メールでお申し込み  
ください(☎ 763-2493)



十日町情報館中里分室からのお知らせ

6月8日(月)～6月16日(火)

蔵書点検に伴う特別整理期間

のため9日間 **休館** となります

この期間、十日町情報館及びすべての分室(中里公民館図書室も含みます)において  
**図書の貸出・閲覧・学習スペース等、利用することができません。**

蔵書点検に入る前に本をお借りください。  
尚、図書の返却のみ公民館窓口  
及び日直窓口でできます。

ご理解、ご協力をお願いします。



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