

各スポーツ施設の
教室の情報は
市ホームページから
▲こちら



ヨネックスレディスゴルフトーナメント2026

関スポーツ振興課 ☎32・6117

大会ウェブサイトで前売り券を販売しています。料金など詳しくはウェブサイトでご確認ください。

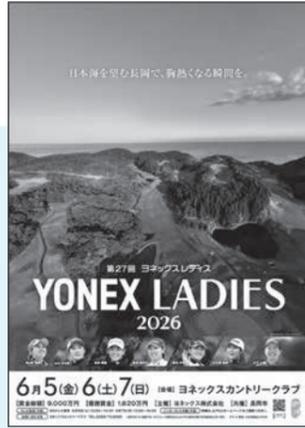
日 6月5日(金)～7日(日) 場 ヨネックスカントリークラブ (寺泊志戸橋)

★大会ボランティア募集中

申 4月30日(木)までにヨネックスカントリークラブ ☎75・2000へ



▲詳しくはこちら



親子体操教室

関長岡市スポーツ協会 ☎34・2130

日 来年3月まで(1期4月～7月、2期9月～12月、3期来年1月～3月 ※一部、例外の教室あり。詳しい日程はお問い合わせください)



対 めばえ…1歳6カ月～3歳児と保護者、ひよこ…3歳～小学1年生と保護者 申 4月10日(金)から

教室名	めばえ	ひよこ	
会場	市民体育館	和島トウ・ル・モンド体育館	
定員	各35組(先着)		
期間	4月22日から毎週水曜日	4月30日から毎週木曜日	5月9日からの土曜日(月2回)
時間	10:30～11:30	16:30～17:30	9:30～10:30
料金	1期:6,600円 2期:9,000円 3期:6,000円	1期:6,600円 2期:8,400円 3期:6,000円	1期:3,000円 2期:4,000円 3期:3,000円

1 休日親子体操教室(ひよこ土曜)

長岡市スポーツ協会(以下スポ協) ☎34・2130と加盟団体の催し

5月17日(日)午前8時30分～午後3時(小雨決行) コーヒー見晴尾根または森立100人先着 ¥500円 晴昼食、雨具、敷物など 申 4月30日(木)までにHPで ※天候などにより内容を変更・中止する場合あり

● 東山市民登山

運動会走り方教室 日 4月14日(火)・21日(火)・28日(火)・5月12日(火)・19日(火)午後5時45分～6時45分 対 小学1～3年生 定各12人先着 ¥各1,000円(5回参加の場合)は4,000円 申 各前日まで

● ニュータウン運動公園

クササイズ①アクティブシェイプ 時 ①②⑤⑥⑧⑨⑩午後7時30分から③午前10時から④⑦⑩午後1時30分から(各1時間程度) 対 18歳以上で初参加の人 定 各5人先着 申 各前日まで

● 市民写真会

文化振興課 ☎32・5110

日 5月10日(日)午前9時～午後3時 場 市民防災公園 対 どなたでも(小学生以下は保護者同伴) ¥高校生以上500円、中学生以下300円 申 4月27日(月)までに電話またはアオーレ長岡・各支所などにある申込書で(HP可) 関 同実行委員会事務局(文化振興課内)

● 働く女性をゆるやかにつなぐ Friday Night CAFE]

日 5月16日(土)午後2時～4時 場 まちなかキャンパス長岡(大手講キャリアコンサルタント・白井一美さん 対 中・高校生20人先着) 申 5月11日(月)までにHPで

● 人権・男女共同参画課 申 5月11日(月)までにHPで

● 自分で未来を切り拓く「進学とお金の講座」 日 5月16日(土)午後2時～4時 場 まちなかキャンパス長岡(大手講キャリアコンサルタント・白井一美さん 対 中・高校生20人先着) 申 5月11日(月)までにHPで

4 長岡T&F小学生陸上教室

日 4月11日～来年3月6日の日 午前9時15分～10時15分、10時45分～11時45分(期間中に各計7回) 場 市民体育館 対 3歳～小学1年生と保護者 定 各35組(抽選) ¥1組4,200円 申 4月26日(日)までにスポ協ホームページで

● 長岡着柴スポーツクラブ 会員募集

詳しくは、同クラブのホームページで。 コースII親子体操、柔道、テニス、陸上競技、サッカー、トライアスロン、ヨガ 関 同事務局(スポ協内) ☎34・2130

① ③ いずれも 日 4月25日～7月18日の土曜日(期間中に計8回) 場 市民体育館 定 20人(抽選) ¥8,000円 申 4月20日(月)までにスポ協ホームページで

② 発展コース 日 午後3時～3時45分 対 壁倒立30秒以上と側転が一人でできる小学生 ③ Advanceコース 日 午後4時～5時 対 中学生以上

● アクロバット教室

日 午後2時～2時45分 対 小学生 ② 発展コース 日 午後3時～3時45分 対 壁倒立30秒以上と側転が一人でできる小学生 ③ Advanceコース 日 午後4時～5時 対 中学生以上

● ちびっ子

日 4月11日～7月11日、9月12日～12月19日、来年1月9日～3月13日の土曜日午後4時～5時(期間中に各計10回) 場 南部体育館 対 年中児、小学2年生の未経験者 定 各20人(抽選) ¥各5,000円 申 長岡市テニス協会ホームページで

● 小学生

日 4月13日～7月23日、8月24日～11月12日の月・木曜日、12月2日～来年3月24日の水曜日午後5時～7時(期間中に各計15回) 対 小学2～6年生 定 各40人(抽選)

● 中学生

日 4月7日～7月30日、8月18日～11月12日の火・木曜日、12月2日～来年3月17日の水曜日午後7時～9時(期間中に各計14回) 定 各32人(抽選)

● 健康応援!

4月中旬に開催する教室を1回500円で体験できます(体験は各1回まで)。 対象教室II月曜日:①ボールストレッチ、火曜日:②全身シェイプ、水曜日:③朝ヨガ④のびのび体操⑤ピラティス⑥筋力アップ、木曜日:⑦昼ヨガ⑧夜ヨガ⑨体幹トレーニング、金曜日:⑩ステキにエ

● 野村万作・野村萬斎狂言公演

日 4月29日(祝)午後2時から 場 リリックホール 対 4歳以上 日 7月16日(木)午後7時から 場 リリックホール 演目II鯛八撥、蝸牛など ¥全席指定6,000円、U252,500

● 長岡市芸術文化振興財団

日 4月29日(祝)午後2時から 場 リリックホール 対 4歳以上 日 7月16日(木)午後7時から 場 リリックホール 演目II鯛八撥、蝸牛など ¥全席指定6,000円、U252,500

● 長岡少年少女合唱団定期演奏会

日 4月29日(祝)午後2時から 場 リリックホール 演目II鯛八撥、蝸牛など ¥全席指定6,000円、U252,500

● 悠久山屋根付き多目的コートオープン 日 悠久山プールを、人工芝を敷いた多目的コートにリノベーションしました。 ★施設予約 5月1日(金)から公共施設予約システムで予約を受け付けます。システムを利用するには事前に書面で登録が必要です。 利用者登録 = 4月20日(月)からの午前8時30分～午後5時15分にスポーツ振興課で ※4月20日～24日(金)は午後6時～8時も受け付けます

● 市民テニス教室

日 5月8日～22日の毎週金曜日、12日～26日の毎週火曜日 午前10時10分～11時40分(各計3回) 場 市民体育館 ¥各1,500円 申 4月30日(木)までに長岡太極拳協会・長尾さん ☎39・4364へ

● 春の初心者太極拳教室

日 4月6日～来年3月22日の月曜日午後7時～9時(月3回) 場 北部体育館など 対 小・中学生 ¥月2,000円 申 氏名、学校名、学年、電話番号、保護者氏名、住所を長岡市ハンドボール協会事務局・丸山さん(☎080・5503・9270)のEメール yasuyosi_0830@yahoo.co.jpへ

● 市民テニス教室

日 5月8日～22日、6月2日～16日、7月3日～17日、8月7日～28日、9月1日～15日、10月2日～16日、11月6日～20日、来年1月8日～22日、2月2日～19日、3月2日～16日の毎週火・金曜日午後7時～9時(期間中に各計5回) 場 希望が丘テニス場 南部体育館 対 高校生以上 定 各40人(抽選) ¥各月4,000円 申 長岡市テニス協会ホームページで

● 市民テニス教室

日 5月8日～22日、6月2日～16日、7月3日～17日、8月7日～28日、9月1日～15日、10月2日～16日、11月6日～20日、来年1月8日～22日、2月2日～19日、3月2日～16日の毎週火・金曜日午後7時～9時(期間中に各計5回) 場 希望が丘テニス場 南部体育館 対 高校生以上 定 各40人(抽選) ¥各月4,000円 申 長岡市テニス協会ホームページで

● リリックホール・市立劇場のチケットの窓口販売・電話予約などの営業時間を変更しました

日 午前9時～午後5時 ※午後5時以降に開演する財団主催の公演があるときは、残席



▲野村万作(左)・野村萬斎

0円 チケット発売日II 4月17日(金)(チケット発売日の予約はインターネットと電話からのみ)

テニスやフットサルなどいろいろなスポーツができるよ。防球ネットもあるから、野球のバッティングや投球練習でも使ってみてね!



▶寺泊地域のゆるキャラ・海の妖精 まりん