

◆図や表などの略字の見方は15ページ
◆図どなたでも、図特になし、図無料、図不要(直接会場へ)の場合は、記載なし
◆図に電話、ファクス、Eメール、図(市ホームページ)の記載がある場合は、その方法で申し込み可
アオ=アオーレ長岡 市セ=市民センター
大手=大手通庁舎 さい=さいわいプラザ

寺泊文化センター
☎75・5155

津軽三味線 脩一朗&大地
結成二十周年記念コンサート

時9月2日(日)午後2時~4時
¥全席指定2,000円
チケット発売日7月1日(日)



栃尾文化センター
☎52・2020

●栃尾高校生の作品展

①刻字展「自書自刻!筆を刀に持ちかえて」
書道部などの作品です。
時6月21日(木)~27日(水)午前9時~午後5時

②美里絵展「枯葉や樹皮に命を吹き込んで」
美里絵の創始者・多田清虹さんの貴重な作品も展示します。
時6月5日(火)~7月1日(日)午前9時~午後5時 場栃尾美術館

緑花センター(花テラス)
☎39・8718

①市民花壇の花植え
時・図6月17日(日):百日草、ガイラルディアなど、20日(水):センニチコウ、日々草など、22日(金):カンナ、ペチュニアなど
時間11時前9時30分~10時30分 定各20人先着 申各前日まで

②花と緑の教室
涼を呼ぶ観葉植物の寄せ植え
時7月8日(日)午前10時~11時30分 講師美雪緑花推進指導員 定10人先着 ¥1,500円 申6月11日(月)~30日(土)(HPからも可)

③夏休み親子園芸教室
アイ(藍)のたたき染め
時7月29日(日)午前10時~11時30分、午後1時30分~3時 内エコバッグ作り 講師島峰悦子 緑花推進指導員 定各10組 先着 ¥各600円 申6月11日(月)~7月21日(土)(HPからも可)

④サマージュニアテニス大会
時7月24日(火) 場希望が丘テニスコート

スポーツ

長岡市スポーツ協会(以下スポ協) ☎34・2130と加盟団体の催し

ニス場 種目IIシングルス(小学生男子・女子) 対市内在住・通学または長岡市テニス協会に加盟の小学生 ¥2,500円

②オオミヤ杯長岡市テニスシングルス大会
時7月29日(日)、8月5日(日) 11日(祝) 場希望が丘テニス場 種目II一般A・B・Cクラス、ベテラン種別、小学生、中学生 ¥一般3,500円、高校生以下1,500円

①②いずれも 申長岡市テニス協会のホームページにある申込書で 図1石原さん ☎32・4507 2川上さん ☎09・1880・3510

③長岡まつり共催駅伝競走大会
時7月21日(土)午前9時から 場陸上競技場など 対小学生以上 ¥1チーム3,000円、小・中学生1,000円 申7月3日(火)までにスポ協ホームページにある申込書で

④小学生陸上競技選手権大会
時7月1日(日)午前9時30分から(雨天決行) 場陸上競技場 種目II50m(3・4年生各学年男女別)、100m(5・6年生各学年男女別)、800m・走幅跳(3・4年生共通男女別)、80mハードル・4×100mリレー・走

高跳・走幅跳・ボール投げ(5・6年生共通男女別)、4×100mリレー(3・4年生男女混合)、1,500m(5・6年生共通男子)、800m(5・6年生共通女子) 対市内在住の小学3~6年生(個人参加は保護者の同意書が必要) ¥1種目500円、リレー1チーム1,000円 申6月10日(日)までにアスリートランキングホームページ

⑤夏季市民卓球大会
時7月7日(土)・16日(祝) 場南体育館など 種目II▽男子・女子の部:一般1部、高校生、中学生2年生、中学1年生▽混合の部:一般2部、小学生 ¥一般800円、高校生600円、小・中学生400円

寺泊中央海水浴場

身近な本格コート

ビーチスポーツコートで楽しもう♪

昨年7月にオープンしたビーチバレーボール4面分のコートです(ビーチテニス・サッカー兼用)。家族やグループでぜひご利用ください。 ※予約が入っていない場合は一般開放します
時6月10日(日)~10月21日(日)午前9時~午後4時 申寺泊支所地域振興課 ☎75・3111

★ビーチスポーツ体験会
時7月1日(日)午前9時~午後1時 内ビーチフラッグス、バレーボール、テニス、サッカー 対小学生以上 申6月27日(水)までに寺泊総合型スポーツクラブてらスポ! ☎86・6719へ 担当=寺泊支所地域振興課

円 申一般・高校の部は6月20日(水)まで、小・中学生の部は25日(月)までに長岡市卓球協会のホームページにある申込書で 申中学生の部は川口中学校 ☎89・3101へ。その他の部門は長岡市卓球協会・星田さん ☎090・3083・5491へ

⑥初心者アーチェリー教室
時①7月3日~24日 ②8月7日~28日 ③9月4日~25日 ④10月1日~28日 ⑤11月5日~22日 ⑥12月2日~19日 ⑦12月16日~31日 ⑧1月6日~20日 ⑨1月27日~10日 ⑩2月3日~17日 ⑪2月24日~10日 ⑫3月3日~17日 ⑬3月24日~7日 ⑭4月7日~21日 ⑮4月14日~28日 ⑯4月21日~5月5日 ⑰5月12日~26日 ⑱5月19日~6月2日 ⑲6月6日~20日 ⑳6月13日~27日 ㉑6月20日~7月4日 ㉒6月27日~7月11日 ㉓7月18日~8月1日 ㉔7月25日~8月8日 ㉕8月1日~14日 ㉖8月8日~21日 ㉗8月15日~28日 ㉘8月22日~9月5日 ㉙8月29日~9月12日 ㉚9月5日~18日 ㉛9月12日~25日 ㉜9月19日~10月3日 ㉝9月26日~10月10日 ㉞10月3日~16日 ㉟10月10日~23日 ㊱10月17日~30日 ㊲10月24日~11月7日 ㊳10月31日~11月14日 ㊴11月7日~20日 ㊵11月14日~27日 ㊶11月21日~12月5日 ㊷11月28日~12月12日 ㊸12月5日~18日 ㊹12月12日~25日 ㊺12月19日~1月2日 ㊻12月26日~1月9日 ㊼1月2日~15日 ㊽1月9日~22日 ㊾1月16日~29日 ㊿1月23日~2月6日

⑦長岡蒼柴スポーツクラブ
会員募集

コース・図①早起き親子体操教室:毎週日曜日午前7時30分~8時30分 ②陸上教室「基礎」:毎週日曜日午前9時30分~10時30分 ③陸上教室「選手」:毎週日曜日午前9時30分~11時30分 場長岡工業高等専門学校 対①未就学児②小学生③小学3~6年生 定各20人先着 ¥①②月1,500円③月2,500円 申6月11日(月)から同事務局(スポ協内) ☎34・2130へ



▲プールの底でパックを奪い合い、ゴールを狙う水中ホッケー

中之島北体育館
☎66・8116

●ちびっ子テニス教室
時6月27日~10月10日の毎週水曜日午後5時30分~7時(計15回) 場中之島北体育館(雨天時は中之島北体育館) 対小学生 定20人先着 ¥8,100円 持テニスラケット(貸し出しあり) 申6月12日(火)から

スポーツ教室 (7月~9月)

申6月25日(月)午前9時から各施設へ電話または窓口で。詳しくはお問い合わせください

施設名	教室名	7月初回	曜日	時間	回数	対象	定員(先着)	料金	
中之島体育館 ☎66・1711	ボディシェイプ for Ladys (優)	2日	月	19:15~20:00	9回	どなたでも	6人	4,500円	
	リセットアクティブコンディショニング	17日	火	14:00~15:30			20人	5,400円	
	ゆったり健康体操教室	18日	水	10:30~11:30	8回		15人	4,000円	
	シェイプボクシング 水曜	11日	水	13:30~14:15	11回		20人	5,500円	
	サーキットトレーニング	11日	水	20:45~21:15			10人		
	フラダンス	12日	木	10:00~11:00			6,600円		
	バレトン	12日	木	13:30~14:30			5,500円		
	骨盤体操 (夜)	5日	木	19:30~20:30			12回	20人	6,000円
	中之島FOOTLADYS	5日	木	19:30~21:30			6回	18歳以上の女性	3,600円
	骨盤体操 (昼)	6日	金	10:00~11:00			12回	6,000円	
	体幹トレーニング 金曜	6日	金	13:30~14:15			11回	8人	
	シェイプボクシング 金曜	6日	金	19:30~20:15				20人	5,500円
シェイプボクシング 土曜	7日	土	19:30~20:15	10人					
体幹トレーニング 土曜	7日	土	20:30~21:15						
ヨガ (朝)	11日	水	10:00~11:00	10回	どなたでも	20人		6,000円	
からだリセット体操	11日	水	13:30~14:30		60歳以上	8人	5,000円		
いきいき健康体操	11日	水	13:30~14:30		どなたでも	20人	6,000円		
筋力アップ	11日	水	19:30~20:30			8人	5,000円		
ピラティス	11日	水	19:30~20:30			20人	6,000円		
ヨガ (昼)	12日	木	13:30~14:30			8人	5,000円		
全身シェイプ	6日	金	13:30~14:30						
みしま体育館 ☎41・2133	ヨガ (朝)	11日	水	10:00~11:00	10回	どなたでも	20人	6,000円	
	からだリセット体操	11日	水	13:30~14:30		60歳以上	8人	5,000円	
	いきいき健康体操	11日	水	13:30~14:30		どなたでも	20人	6,000円	
	筋力アップ	11日	水	19:30~20:30			8人	5,000円	
	ピラティス	11日	水	19:30~20:30			20人	6,000円	
	ヨガ (昼)	12日	木	13:30~14:30			8人	5,000円	
	全身シェイプ	6日	金	13:30~14:30					