

ニコリ主催イベント
 問合せ ☎ 22-11121

おすすめさんご豆まき

東関部屋の力士や鬼が来館！
 豆まきを行います。

■日時 2月3日(金)
 12時40分頃

■場所 1階共用スペース

■協力 雲岸寺成田講節分会
骨盤エクササイズ
 ～ピラティス～

腰痛、肩こり、四十肩、生理痛から尿漏れまで、日常に使えるエクササイズを紹介いたします。(土曜日・全5回)

■日時 2月25日・3月4日・11・18・25日
 10時30分～11時30分

■場所 1階和室会議室

■参加費 5,000円

■定員 13名

※定員になり次第締切
持ち物 バスタオル(ヨガマットでもOK)飲料水・運動のできる服装

■講師 CORE LABO. 主宰インストラクター鈴木つな先生

■申込方法 1階総合受付で申込用紙に参加費を添えてお申し込みください。

大村記念図書館
 問合せ ☎ 22-4946

2月展示 「恋」展示

2月といえばバレンタイン。みなさん、心ときめく「恋」していますか？「恋」の旧字体は「恋」「心」の3文字で作られています。あなたならどんな解釈をしますか？本を通じていろいろな「恋」について想いを馳せてみてください。

■展示期間 2月1日(水)～26日(日)

放送大学公開講座(無料)
「生活の中の宝石」

ダイヤと鉛筆の心(ごちらも炭素)のように、宝石と身近な物質の実例を挙げながら、その違いをわかりやすく教えてくださいます！

■講師 熊田伸弘氏 (山梨大学教授)

■日時 2月4日(土)
 13時30分～15時

■定員 45人程度・申込不要

朗読のびん(無料)

2月は市内三つの朗読ボランティアグループの出演です。

■日時 2月18日(土)
 14時～15時

■場所 ニコリ2階会議室9

■内容(作品名・朗読者)
 「もう一枝あれかし」 あさの あつこ作
 朗読 望月スミ子氏

「わたしの生涯」 ヘレン・ケラー作
 朗読 中嶋ふじゑ氏

「雪の夜の話し」 太宰 治作
 朗読 新村 美佳氏

子育て支援センター
 問合せ ☎ 23-7676

にら★歩歩くらぶ
豆まき&おすすめさんご

雲岸寺の節分会にみんなで散歩していきます。歴史ある地域の行事を親子で楽しみましょう。

■日にち 2月3日(金)

■行き先 雲岸寺

■定員 未就園児の親子15組

■持ち物 水分・防寒具・帽子など頭を守るもの

■申込 にら★ちびに電話またはHP

韮崎市からのお願い
 子育て支援センターにら★ちびは、平成29年4月より入館パスポートが必要になります。

す。詳細はHP・チラシをご覧ください。

■市内 ひと世帯
 年間パスポート 無料

■市外 ひと世帯
 1日 100円 年間パスポート 1,000円

中央公民館
 問合せ ☎ 20-1115

「COCCOつな」
「みんなで歌おう！」

心(COCCO)と心(COCCO)がつながって地域が元気になるよつ、中央公民館の生涯学習ボランティアが企画する学びのサロンです。第2回目は童謡や唱歌をみんなで楽しく歌いましょう。

■日時 2月27日(月)
 10時30分～11時30分

■場所 ニコリ音楽室2

■定員 20名

■講師 合唱指導者 星 ひろ美氏

■参加費 無料

■申込 2月1日(水)より受付開始

いきいき健康講座
「カーリンコンを楽しもう」
 《2回講座》
 カーリンコンは床上でデスクを投げ合って競う、カー

| | |
|------------------------|-------|
| ●市の人口 1月1日現在 | (前月比) |
| 男 : 15,044人(うち外国人187人) | 12人減 |
| 女 : 15,254人(うち外国人279人) | 15人増 |
| 計 : 30,298人(うち外国人466人) | 3人増 |
| 世帯数 : 12,531世帯 | 5世帯増 |

●国民健康保険より
 1月に韮崎市国民健康保険で支払った額(保険者負担額)は、147,714,614円(前年同月比2.84%増)で、1人あたりの保険者負担額は、19,916円(前年同月比6.30%増)でした。引き続き健康に気をつけ医療費の節約にご協力ください。

リングに似ただれでも手軽にできるスポーツです。はじめての方もすぐに覚えてワクワクドキドキのプレーが楽しめます。

■日時 3月8・15日(水)
 10時～11時30分

■場所 ニコリ3階

■定員 20名

■講師 日本カーリンコン協会 佐藤 悦子氏

■参加費 無料

※動きやすい服装・運動靴でお越しください。

■申込 2月1日(水)より受付開始