



ちょっと一息!

コンビニごはんからスイーツまで♪別腹でレポート!

★セブン-イレブン 中越刈羽店

担々麺 298円(税込)

まず、お店を出てきてもおかしくない美味しさにびっくり!食欲を刺激するピリ辛具合も絶妙で癖になります…!元から入っているひき肉とモチモチの麺が絡まってとってもジューシー!男性も女性もおいしく食べられちゃいます♪

オーナー 飯塚さんからおすすめコメント!

讃岐うどんや具つきうどんと並んで人気の、セブン-イレブンオリジナル冷凍食品です。インスタントとは思えない美味しさで、一度食べたらやみつきになると評判の一品です!



丸絞りをよく振って飲む砂丘桃ジュース 420円(税込)

普通のジュースじゃ味わえないくらいの濃厚さ!果実そのままを食べている感じです!シャーベットにすると、桃の濃厚さと爽やかさが相まって更においしい!バニラアイスを入れてもいいかも?!桃にはビタミンEが入っているから、残暑で体が疲れているこの時期におすすめです♪

刈羽村で採れた桃を100%使用したジュースです。見た目でもわかりますが、とても濃厚。とっても甘いので、冷やしたりシャーベットにしたりして食べていただくのがおすすめです。刈羽産の桃ジュースをこれだけ取り扱っているのはセブン-イレブン中越刈羽店だけです!



わらび餅黒蜜入り 138円(税込)

わらび餅の中にたっぷり黒蜜が入っています!一つ一つに黒蜜を絡めなくていいから、楽チン!それに均等に黒蜜と食べられる!黒蜜が甘い分、あっさりきなこと相性がバツグンです♪残暑が残るこの季節に涼しく食べられていいですね!



★LAWSON 柏崎上原店

グリーンスムージー 178円(税込) …カロリー-80kcal

店長 神代さんからおすすめコメント!

野菜が11種類も入っているのに、とにかく飲みやすいです!苦味もなく、果物のすっきりとした甘さが印象的です♪スムージー独特のどろっと感もないので、苦手意識のある方も全然飲みちゃいます!朝の朝食代わりに、ランチのお供にも一本飲んでおきたいですね♪

一本で一食分の野菜118gを使用。ケールや小松菜等の葉野菜にキウイやリンゴの果実を加えることで飲みやすい爽やかな味わいに仕上げています。



MACHI CAFE アイスカフェラテ 150円(税込)

生乳100%だから口当たりがとってもまろやかだけど、エスプレッソの濃厚さが後味に引き立つ、すっきり爽やかなおいしさです!ガムシロップも入れれば甘さも調節できるから、性別年代問わず幅広く好まれそうです♪絶妙ななめらかさだから、合わせるものも選ばないですね!

生乳100%使用のしっかりとしたミルク感の中にエスプレッソコーヒーのほろ苦さが香る絶妙なバランスのアイスラテです。



次号では、今回ご紹介しきれなかった商品やちょっぴりアレンジした食べ方などをみなさんにご案内します!どうぞお楽しみに♪

刈羽村生涯学習センターラピカ インフォメーションガイドvol.02 2016 AUTUMN 発行/PVK株式会社 〒945-0307 刈羽村大字刈羽100番地 TEL.0257-20-3100 ※今回の号に掲載している価格表示は消費税9%が含まれています。

刈羽村生涯学習センター

新装版 vol.02 2016 AUTUMN

ラピカ インフォメーションガイド

designed by PVK RAPIKA INFORMATION GUIDE

ラピカは刈羽村の特産物である、ライス(米)・ピーチ(桃)・カリワ(刈羽)の頭文字です。

泳がなくても海は楽しめる♪



刈羽村立図書館イベント シーグラス工作教室 [8/11(日)]

山の日[8/11(日)]に高浜海岸にて、シーグラスを採集し、世界に一つだけのミニグラスを作りました♪

「ラピカ」情報誌名を公募します! ★★★

ご愛読いただいている「ラピカインフォメーションガイド」は、より皆様に親しんでいただくために誌名を募集することにしました。これからも楽しい情報をお届けしていきます。

ふるってご応募くださいますようお願い申し上げます。

採用された方にはとうりんぼ「桃の湯」入浴(5,000円相当)を差し上げます。

応募方法 / 誌名、お名前、住所、年齢を記載のうえ、郵便はがきで応募ください。
応募先 / 〒945-0307 刈羽村大字刈羽100番地「ラピカ」新誌名係
応募締切 / 平成29年1月15日(日)



短期水泳教室を開催しました!

☆子どもの上達にビックリ☆

夏休みの期間短期水泳教室を開催しました。今回初の試みでしたが沢山の方からご参加いただきました。今後も冬・春と計画しておりますのでご参加お待ちしております。

短期水泳教室で学んだこと 棚岡 剛純

ぼくは、7月26日から30日までの短期水泳教室に参加しました。友達と申し込みしたので楽しく遊べた。ぼくは、息つぎが苦手で25mしか泳げなかったけど、ターンを覚えてもらい、38m泳げるようになりました。長く泳ぎたいです。



おはなし会 ~こころとからだで楽しむ読み聞かせ~

10/8(土)、11/12(土)、12/10(土)

おはなし会スタンプカード

図書館職員による絵本の読み聞かせを行っています。手遊び歌も交えた楽しい絵本の読み聞かせです。保護者の方も一緒にお気軽にお越しください。どなたでも自由にご参加いただけます。

※(参加無料)時間・場所は都合により変更させていただきます場合がございます。

時間/午後3時~3時30分
場所/生涯学習センター「ラピカ」第1・2和室



1回参加でスタンプを1つ押します!
4つたまったら「ももあごちゃん」ストラップをプレゼント!
「ももあごくん」も登場するかも…!

食欲の秋にオススメの本

~読書も欲張って楽しもう♪~

9月に入っても、暑さはなかなか続くもの。季節の変わり目で体調を崩さないためにも、たっぷりおいしく栄養を取りたいですね。でも、太りたくない!という方にオススメのヘルシーレシピ本やダイエット・栄養の本をご紹介します!また、つついお腹が減っちゃうような小説もぜひ読んでみてください♪

小説編



『食堂かたつむり』
小川糸/著
ポプラ社



『タルト・タタンの夢』
近藤史恵/著
東京創元社

一般書編



『タニタ式カラダのひみつ』
池田義雄/著
三笠書房



『迷宮レストラン』
河合真理/著
日本放送出版協会



『油を使わずヘルシー調理! ポリ袋レシピ』
川平秀一/著
アース・スターエンターテイメント

※今回紹介した本は刈羽村立図書館で他の関連書籍とともに展示・貸出をしています。

皆様のご期待に応えられるよう毎週日曜日に新着資料を25冊程度購入し展示・貸出をしていきます!

秋の読書週間事業

「いざ、読書」 秋の読書週間イベント その1

秋の読書週間期間中(10月25日(火)~11月27日(日))こども図書館で、0歳~中学生までのおすすめ図書を展示・紹介します。大人が読んでも楽しめる本も多数あります。秋の夜長に、物語の世界の扉を開いてみましょう!



スタンプラリーの開催 秋の読書週間イベント その2

10/25(火)~11/27(日)

図書館で発行しているリストの本を読んで、スタンプを集めるスタンプラリーを開催します。秋の読書週間期間中、リストの本を読んで、スタンプを集めよう!図書館にスタンプカードを持ってきてくれた人の中から抽選で景品をプレゼント!

対象/0歳~中学生
スタンプカードは、10/25(火)から図書館内に設置します。



刈羽村文化祭

11/5(土)・6(日)

健康展・環境展・農協まつりも同時開催!!

毎年恒例の文化の祭典。書や絵画などの作品展示、日ごろの練習の成果を披露する芸能発表会やフリーマーケット、陶芸・茶道体験など、多彩な内容で開催します。



日程/午前9時~午後7時
(6日(日)は午後4時まで)
場所/生涯学習センター「ラピカ」
入場料/無料

キッチン・お風呂・トイレの水まわり・ガス機器 空調(冷暖房)故障から点検修理、移設、改築など
★経験豊富な資格者が対応いたします。
★工事開始から引き渡し後も安心の、「工事賠償保険制度」が適用されます。

ご提案から修理までの快適環境



夏も冬も快適な家づくり ●ペレットストーブ ●エコキュートetc
当社におまかせください! 相談・見積無料

株式会社 だいわ設備 〒28-6730 FAX 0257-28-6731
柏崎市桜木町14-50 刈羽村刈羽988-5

秋のラピカ教室



どなたでも受講できます。皆さん楽しく学べます!!

ラピカフィットネス教室

クラス名	対象	日程	回数	定員	受講料	講師	会場
やさしい体ほぐし ★	一般男女	10/3・17・31 11/7・14・21 12/5・12・19 10:00~11:00	9回	50名	2,250円	石橋浩子	文化ホール
マットピラティス ★★	高校生以上男女	10/3・17・31 11/7・14・21 12/5・12・19 19:30~20:30	9回	20名	2,250円	米山達哉	第1・2学習室
ゆっくりエアロビクス ★	一般男女	10/4・18・25 11/1・8・15・29 12/6・13・20 13:30~14:30	10回	50名	2,400円	曾田千春	文化ホール
脂肪燃焼エアロビクス ★★	一般男女	10/4・18 11/1・8・15・29 12/6・13・20 19:30~20:45	9回	50名	2,160円	星野裕美	文化ホール
やさしいヨガルーシーダットン ★	小学生高学年以上	10/18・25 11/1・8・22・29 12/6・13・20 19:30~20:30	9回	25名	2,160円	石橋浩子	第1・2学習室 (11/22)文化ホール
楽しく踊るフラダンス ★	一般男女	10/5・19・26 11/2・9・16・30 12/7・14・21 13:30~14:30	10回	40名	3,400円	スタジオエムカ 渡辺美恵子	文化ホール
ステップエクササイズ ★★	高校生以上男女	10/5・12・19 11/2・9・16・30 12/7・14・21 19:30~20:30	10回	30名	2,400円	杉浦礼子	文化ホール
太極拳 ★	一般男女	10/6・13・20 11/10・17・24 12/1・8・15・22 10:00~11:30	10回	50名	2,400円	西巻珠美	文化ホール
ソフトエアロビクス ★	一般男女	10/6・13・20 11/10・17・24 12/1・8・15・22 19:45~21:00	10回	50名	2,400円	内山愛美	文化ホール
中高年向け笑顔はっらっ健康づくり ★	一般男女	10/7・14・21・28 11/18・25 12/2・9・16 10:00~11:30	9回	40名	2,160円	三浦琴美	文化ホール
シェイプアップエアロ ★★	一般男女	10/1・8・22・29 11/12・19・26 12/3・10・17 19:00~20:00	10回	50名	2,400円	内山愛美	文化ホール

ラピカ水泳教室 児童

クラス名	対象	日程	回数	定員	受講料	講師	会場
土曜・児童ビギナー14時	小学生	10/1・8・15・22 11/12・19・26 12/3・10・17 14:00~15:00	10回	30名	3,000円	平田文恵 高木愛 山田理恵	水の広場
土曜・児童ビギナー15時	小学生	10/1・8・15・22 11/12・19・26 12/3・10・17 15:00~16:00	10回	30名	3,000円	平田文恵 谷口久子 山田理恵	水の広場
土曜・児童初中級16時	小学生	10/1・8・15・22 11/12・19・26 12/3・10・17 16:00~17:00	10回	26名	3,000円	狩野薫 谷口久子	水の広場
土曜・児童初中級17時	小学生	10/1・8・15・22 11/12・19・26 12/3・10・17 17:00~18:00	10回	26名	3,000円		水の広場

※☆マークは運動強度の目安です。☆3つが一番運動強度が高くなります。

火曜・児童ビギナー (16時半コース)		小学生	水の中にもぐりたい、浮きたい児童にバタ足まで指導します。(水深90cm)	会場	水の広場	講師名	石田真寿美 佐藤絵奈
日程 時間	10/4・18・25 12/6・13	11/1・8・15・22・29 16:30~17:30	回数 10回	定員 20名	受講料 3,000円		
火曜・児童ビギナー (17時半コース)		小学生	けのびで5m・面かぶりキックで3~5m・背面けのびができる児童に、面かぶりバタ足で7m以上・面かぶりクロールで7m・背面キックができるよう指導します。	会場	水の広場	講師名	石田真寿美
日程 時間	10/4・18・25 12/6・13	11/1・8・15・22・29 17:30~18:30	回数 10回	定員 13名	受講料 3,000円		
New 火曜・児童初中級17時半		小学生	面かぶりバタ足で7m以上・面かぶりクロールで7m・背面キックができる児童に、クロール50m・背泳ぎ25mが泳げるよう指導します。(水深90cm)	会場	水の広場	講師名	佐藤絵奈
日程 時間	10/4・18・25 12/6・13	11/1・8・15・22・29 17:30~18:30	回数 10回	定員 13名	受講料 3,000円		
水曜・児童スキルアップ		小学生	クロールで50m・背泳ぎで25m泳げる児童に、クロール100m背泳ぎ50mバタフライが泳げるように指導します。	会場	水の広場	講師名	壁下智美 谷口久子
日程 時間	10/12・19・26 12/7・14・21	11/2・9・16・30 16:30~17:30	回数 10回	定員 26名	受講料 3,000円		
水曜・児童メドレー		小学生	クロールで100m・クロール50mを1分7秒・背泳ぎ50mを1分20秒・バタフライのリズム(1かき2キック)で泳げる児童に、4種目の完成と100m個人メドレーの完泳を目指します。	会場	水の広場	講師名	平田文恵 壁下智美
日程 時間	10/12・19・26 12/7・14・21	11/2・9・16・30 17:30~18:30	回数 10回	定員 26名	受講料 3,000円		
New 金曜・児童メドレー		小学生	クロールで50m・背泳ぎで25m泳げる児童に、クロール100m背泳ぎ50mバタフライが泳げるように指導します。(水深110cm)	会場	水の広場	講師名	壁下智美 高木愛
日程 時間	10/14・21・28 12/2・9・16	11/4・11・18・25 18:00~19:00	回数 10回	定員 20名	受講料 3,000円		
金曜・児童スキルアップ		小学生	クロールで50m・背泳ぎで25m泳げる児童に、クロール100m背泳ぎ50mバタフライが泳げるように指導します。(水深110cm)	会場	水の広場	講師名	壁下智美 高木愛
日程 時間	10/14・21・28 12/2・9・16	11/4・11・18・25 17:00~18:00	回数 10回	定員 26名	受講料 3,000円		

New 楽しい水泳教室 ★		一般男女	泳げる方、泳げない方どなたでも楽しく泳法を習得します。	会場	水の広場	講師名	星野裕美
日程 時間	10/3・17・31 12/5・12・19	11/7・14・21 11:00~12:00	回数 9回	定員 20名	受講料 3,420円		
水中歩行 9時半 ★		一般男女	体力に合わせて水中を歩きます。 ※医師の判断を受けている方は医師と要相談のうえ参加。	会場	水の広場	講師名	狩野薫
日程 時間	10/5・12・19 12/7・14・21	11/2・9・16・30 9:30~10:25	回数 10回	定員 30名	受講料 3,800円		
水中歩行10時半 ★		一般男女	「ヘルシー食事会」水中歩行、いきいき水中運動受講者対象。 野菜たっぷり、カロリー控えめな定食を食べながら、運動と食事について考えてさらに健康になりましょう。 日時/10月19日 12:00~13:30(予定) 受講料/400円 定員/20名	会場	水の広場	講師名	狩野薫
日程 時間	10/5・12・19 12/7・14・21	11/2・9・16・30 10:30~11:25	回数 10回	定員 30名	受講料 3,800円		
いきいき水中運動 ★		※60歳以上	温水プールで体を動かします。泳げない方でも大丈夫です。 ※医師の判断を受けている方は医師と要相談のうえ参加。	会場	水の広場	講師名	壁下智美
日程 時間	10/7・14・21・28 12/2・9・16	11/11・18・25 14:00~15:00	回数 10回	定員 30名	受講料 3,800円		
水泳一般 (初・中級)		一般男女	水泳経験がある方で、クロール・背泳ぎ・で自分なりに泳げる方を対象に、平泳ぎと長く泳げる泳法を指導します。	会場	水の広場	講師名	壁下智美
日程 時間	10/13・20・27 12/1・8・15・22	11/10・17・24 13:30~14:30	回数 10回	定員 16名	受講料 3,800円		
アクアビクス ★★		高校生以上の女性	音楽のリズムに合わせて水中で全身運動を行います。	会場	水の広場	講師名	星野裕美
日程 時間	10/15・22・29 12/3・10・17	11/5・12・19・26 19:30~20:30	回数 10回	定員 30名	受講料 3,800円		
一般ビギナー		高校生以上の男女	水泳経験のない方、水泳に自信のない方を対象に指導します。	会場	水の広場	講師名	高木愛
日程 時間	10/16・23・30 12/4・11・18	11/6・13・20・27 17:00~18:00	回数 10回	定員 16名	受講料 3,800円		
一般メドレー		高校生以上の男女	4泳法(クロール・平泳ぎ・背泳ぎ・バタフライ)泳げる方を対象に指導します。	会場	水の広場	講師名	高木愛
日程 時間	10/16・23・30 12/4・11・18	11/6・13・20・27 18:00~19:00	回数 10回	定員 16名	受講料 3,800円		
一般スキルアップ		高校生以上の男女	クロール・背泳ぎを自分なりに泳げる方を対象に4泳法を指導します。	会場	水の広場	講師名	山田理恵
日程 時間	10/16・23・30 12/4・11・18	11/6・13・20・27 19:00~20:00	回数 10回	定員 16名	受講料 3,800円		

※☆マークは運動強度の目安です。 ☆3つが一番運動強度が高くなります。 ※水の広場を利用する教室に限り、受講料に水の広場利用料が含まれた金額になります。

習字一般		基礎から学び、美しい文字が書けるよう練習します。毛筆とつけペンどちらでも受講できます。 ※ボールペン・筆ペンでの受講はできません。	会場	第1・2 学習室	講師名	佐藤桃苑
日程 時間	10/11・18・25 12/6・13・20・27	11/1・8・29 13:30~15:30	回数 10回	定員 30名	受講料 3,400円	
火曜・習字児童		文字の書き方を基礎から学びます。 ※昇級段試験、展覧会に出品する場合は、別途料金がかかります。	会場	アトリエ	講師名	橋本 恵
日程 時間	10/4・11・18・25 12/6・20	11/8・15・22・29 15:30~17:00	回数 10回	定員 10名	受講料 3,300円	
水曜・習字児童15時半		文字の書き方を基礎から学びます。 ※昇級段試験、展覧会に出品する場合は、別途料金がかかります。	会場	アトリエ	講師名	橋本 恵
日程 時間	10/5・12・19・26 12/7・14・21	11/9・16・30 15:30~17:00	回数 10回	定員 10名	受講料 3,300円	
水曜・習字児童17時		文字の書き方を基礎から学びます。 ※昇級段試験、展覧会に出品する場合は、別途料金がかかります。	会場	アトリエ	講師名	橋本 恵
日程 時間	10/5・12・19・26 12/7・14・21	11/9・16・30 17:00~18:30	回数 10回	定員 10名	受講料 3,300円	
木曜・習字児童15時半		文字の書き方を基礎から学びます。 ※昇級段試験、展覧会に出品する場合は、別途料金がかかります。	会場	アトリエ	講師名	橋本 恵
日程 時間	10/6・20・27 12/1・8・15・22	11/10・17・24 15:30~17:00	回数 10回	定員 10名	受講料 3,300円	
木曜・習字児童17時		文字の書き方を基礎から学びます。 ※昇級段試験、展覧会に出品する場合は、別途料金がかかります。	会場	アトリエ	講師名	橋本 恵
日程 時間	10/6・20・27 12/1・8・15・22	11/10・17・24 17:00~18:30	回数 10回	定員 10名	受講料 3,300円	
和を感じるステキな竹細工		ステキな竹細工を作ってみませんか?お正月の置物にもふさわしい「鶴」と「亀」を作ります。 ※汚れてもよい服装でお越し下さい	会場	アトリエ	講師名	関 政雄
日程 時間	10/14・28 12/2	11/11・25 10:00~12:00	回数 5回	定員 10名	受講料 4,500円 (材料費込)	
土曜・楽しい食器づくり		普段の生活で使えるような食器を、基本的な技法を学びながら作ります。	会場	陶芸工房	講師名	伊藤 剡
日程 時間	10/15 12/3・17	11/12・26 13:30~15:30	回数 5回	定員 10名	受講料 4,200円	
日曜・茶道 (裏千家流)		茶道裏千家の作法を基礎から丁寧に教えます。	会場	茶道館	講師名	山崎宋律
日程 時間	10/23 12/11・25	11/13・27 13:00~15:00	回数 5回	定員 12名	受講料 2,900円	

申込方法

- ラピカ窓口 先着順受付
9月16日(金)一般教室、9月17日(土)児童教室ともにAM9:00より開始。
ラピカ特設受付にて申込用紙を先着順にお渡しします。
受講料、申込書、「ラピカ」利用カードを添えてお申し込みください。
*各教室につき1枚の申込書になります。
- 電話 TEL 0257-20-3100
9月20日(火)AM9:00より開始。定員に達した時点で終了とさせていただきます。
受講初回日までに「ラピカ」受付で申込書にご記入の上「ラピカ」利用カードを添えて受講料をお支払いください。
*「ラピカ」カードをお持ちでない方は作成ください。(無料)

注意事項

- 記載されている教室内容・日程は、変更・中止となることもございますので、ご了承ください。
- お申込みが定員の3割に満たない教室は、開催中止とさせていただきます。
- 小学生が夜間の教室を受講される場合は、保護者の同伴が必要です。
- 小学生以下のお子様を館内に残されたままの受講はご遠慮願います。

事前申込不要ワンコインレッスン

ズンバ

ラテンのリズムに乗って楽しくフィットネス。予約不要で初心者の方も大歓迎です。お気軽にご参加ください!

日 時/毎週土曜日 20:15~21:15
場 所/[ラピカ]文化ホール 講 師/SATO&TAKA
受 講 料/500円 対 象/高校生以上
持 ち 物/飲み物、タオル、室内履き、動きやすい服装でご参加ください。

講師 SATO&TAKA

だれでもヨガ教室

運動が苦手、ヨガ初心者年齢に関係なくだれでも参加できます。申し込み不要。どの日に来て頂いても結構です。

日 時/金曜日10:30~11:30 10月7・14・21・28日
11月11・18・25日 12月2・9・16日(全10回)
場 所/学習室1・2または3・4
講 師/山崎典子 受 講 料/500円 持 ち 物/ヨガマットまたはバスタオル

「男の体幹トレーニング」初級編

男性限定気軽に参加出来るワンコインレッスンです。体幹強化トレーニングをメインに、柔軟性アップやバランス能力の強化を目指します。

日 時/①10月27日(木)19:00~20:00 学習室1・2
②11月26日(土)19:00~20:00 学習室3・4
(各回同じ内容になります。)
定 員/10名 受 講 料/500円
当日も人数に空きがあれば参加可能。予約、お問い合わせはラピカまで

レインボー健康体操

いつまでもイキイキと若々しく脳の老化を防ぎ、筋肉をつけ骨を丈夫にする体操です。高齢者の方におすすめです。申し込み不要。どの日に来て頂いても結構です。

日 時/水曜日10:30~11:30
10月5・19・26日 11月9・16・30日 12月7・14・21日(全9回)
場 所/文化ホール 講 師/山崎典子 受 講 料/500円
持 ち 物/バスタオル、飲み物



ごあいさつ 刈羽村文化協会 会長 中澤洋一

私達文化協会は、生涯学習の一環として、現在16団体、約200名の会員が活動しています。自分の趣味や教養を高める場として、いつまでも若々しく、心も体も元気に過ごす為に、そして広く地域の皆さんの楽しい交流の場として、多くの皆さんの入会をお待ちしています。

郷土史 刈羽村郷土研究会

代表者名/廣川 克郎 講師名/特定講師なし、年2回外部講師による講演会開催
 会員数/23名 活動場所/「ラピカ」学習室 他
 活動種目/講演会、研修巡検、郷土史料・民俗資料等の研究、機関紙「刈羽村文化」発行等
 活動日/年間10日程度



“血につながるふるさと、言葉につながるふるさと”という島崎藤村の言葉があります。この言葉は、人間が郷土といかに深い縁で結ばれているかを示しています。ふるさと刈羽を愛し、誇りに思い、その歴史や民族を訪ねてみようではありませんか。そこに地方創生のヒントが見えてくるかもしれません。

レクリエーション レクリエーション愛好会

代表者名/中澤 洋一 会員数/5名 活動場所/「ラピカ」他
 活動種目/子どもの遊び支援活動、社会福祉活動の支援
 活動日/不定期



レクリエーション活動により「失われた活力、元気を取り戻す」ことを活動の基本にしています。子どもたちの遊びの支援が主な活動ですが、他に高齢者の介護予防事業の支援や被災地の支援活動も行っています。レクリエーションやボランティアに興味のある方の入会をお待ちしています。

ピアノ ピアノサークル

代表者名/近藤 あけみ 講師名/入澤 真紀子 会員数/12名
 活動場所/「ラピカ」文化ホール 活動種目/ピアノ
 活動日/月2回 木曜日 午後1時～午後4時
 金曜日 午後1時～午後4時・午後6時30分～午後9時30分



月2回の個人レッスンです。課題の曲を自分のペースに合わせて、楽しく練習しています。少し練習に行き詰まっても、先生のご指導で楽しく上達していきます。一人30分の練習が「あっ」という間です。好きな曲を自分でひけるようになるのは、うれしい事です。

大正琴 刈羽琴寿会

代表者名/元井 君子 講師名/平野 絹華 会員数/8名
 活動場所/「ラピカ」第1、第2学習室 活動種目/大正琴
 活動日/第1、第3月曜日 午後1時30分～午後4時30分



大正琴はとても難しいと思われがちですが、講師のやさしく丁寧な指導で弾けるようになります。曲目は童謡など懐かしい曲の数々です。秋の琴伝流新潟県大会と刈羽村文化祭の出演に向けて、和氣あいやと楽しく練習しています。会員も随時募集しています。見学だけでもお越しください。一緒に大正琴を楽しみませんか。

合唱コーラス すなやまコーラス

代表者名/武本 智恵子 講師名/小林 久美子、入澤 真紀子
 会員数/20名 活動場所/「ラピカ」文化ホール 活動種目/合唱コーラス
 活動日/年間28日(月曜日)



すなやまコーラスは総勢20名、熱心な先生方の指導の下、日々和氣あいやと練習に励んでいます。ソプラノ・アルト・バスの三声の綺麗にハモった時の感動は、1人では味わえない喜びになります。ぜひ仲間と助け合いこのハーモニーを創る喜びを味わってみませんか。無理をせず頑張っていく姿は定評があります。皆様ぜひ!

書道 書友会

代表者名/小林 ひろみ 講師名/佐藤 雷堂 会員数/5名
 活動場所/「ラピカ」アトリエ 活動種目/書道
 活動日/第1、第3火曜日 午後7時30分～午後9時



いつも佐藤雷堂先生の筆の動きを見て、感動しています。何度も書いていると少しずつ早く書けるようになります。けれど、なかなか書道と友達にはなれません。仲良くなりたいものです。みなさま、どうぞ見学にきてください。

絵画 刈羽洋画会 火曜倶楽部

代表者名/石垣 百合子 会員数/9名 活動場所/「ラピカ」アトリエ
 活動種目/洋画
 活動日/第2、第4火曜日 午後7時30分～午後9時30分
 第1、第3木曜日 午後1時30分～午後3時30分



油絵や鉛筆デッサン等、各人の描きたい材料で好きな題材を選んで製作をしています。現在講師は不在ですが、会員は10～70代まで幅広い年代で、お互い刺激あいや、楽しみながら活動しています。興味のある方は気軽に見に来てください。

絵手紙 絵手紙 もも

代表者名/長瀬 節子 講師名/石田 ヨシ子 会員数/10名
 活動場所/「ラピカ」アトリエ 活動種目/絵手紙
 活動日/第1、第3金曜日 午後1時30分～午後4時30分



絵手紙はもらって嬉しく、送っても喜ばれるものです。ハガキに絵を描き1文字添えると楽しい表現になり、思いが伝わりやすくなります。ハガキに限らず、いろいろな材料を使ったり、スケッチに出かけたりします。定期活動の他、郵便局や福祉施設での展示、ボランティア活動も行っています。活動日には体験もできます。お仲間と遊びにきてください。

全16
団体

ただ今新規入会者募集中!

お住まい・年齢・性別を問わず誰でも入会できます!会費は各サークルにより異なります。

お問い合わせ
お申し込み

刈羽村文化協会事務局
〒945-0307 新潟県刈羽郡刈羽村大字刈羽100番地
刈羽村生涯学習センター「ラピカ」

☎0257-20-3100



水墨画 水墨画

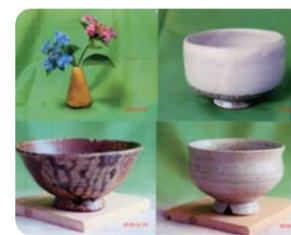
代表者名/金塚 正実 講師名/島田 松径 会員数/10名
 活動場所/「ラピカ」第3、第4学習室 活動種目/水墨画
 活動日/第1、第3月曜日 午後1時30分～午後3時30分



水墨画は墨の濃淡の美しいにじみやグラデーション、リズムカルな筆法によって表現します用具も少なく手軽ですぐに始められるのが魅力です。やさしい先生の指導のもとで学んでいます。水墨画に興味のある方、私たちと楽しく学び、趣味のひとつに加えてみませんか。多くの新会員をお待ちしています。

陶芸 刈陶クラブ

代表者名/宮島 晴雄 講師名/伊藤 剰 会員数/5名
 活動場所/「ラピカ」陶芸工房 活動種目/陶芸
 活動日/第1～第3月曜日 午後1時～午後4時



陶芸を始めませんか?まずは、子どものころの泥遊びを思い出して粘土成形をします。次に、お給かきの気持ちで施釉絵付けをします。最後に焼き上げると、唯一無二の陶芸作品がで上がります。日常の雑事を忘れて作陶に集中しリフレッシュ、自作の焼き物で飲んで食べて鑑賞して、優雅なひとときを過ごしましょう。

陶芸 陶遊会

代表者名/棚岡 靖士 会員数/4名 活動場所/「ラピカ」陶芸工房
 活動種目/陶芸
 活動日/第2、第4土曜日 午後7時30分～午後9時30分



自由気ままに器作りにチャレンジし、でき上がりは自己満足と反省の繰り返しで仲間と談笑しています。指先と脳の活性によるボケ防止と思い、少人数ですが細く長く活動しております。現在講師はいませんが、陶芸に興味のある方、仲間入り歓迎です。

茶道 松樹茶道会

代表者名/丸山 恵美子 講師名/山崎 宗律 会員数/9名
 活動場所/「ラピカ」茶道館 活動種目/茶道(裏千家)
 活動日/第3土曜日 午後1時～午後5時



季節を感じながら、おもてなしの心を学ぶ、作法はわからなくても、茶道に興味のある方、入会をお待ちしております。やさしい先生の指導を受け、楽しんで活動しています。

茶道 MOA茶道クラブ

代表者名/小田島 愛子 会員数/7名 活動場所/「ラピカ」茶道館
 活動種目/茶道
 活動日/第3金曜日 午後7時30分～午後9時



会員それぞれ各家庭でお茶を点てて、来客の方にも癒しのお茶として気楽に飲んでいただいています。安心安全のお抹茶やお菓子を用意し、月1回「ラピカ」茶道館で楽しんでいます。本年は熱海MOA美術館改修工事のため、他所の研修を予定しています。初心者大歓迎です。

茶道 茶道の会

代表者名/佐藤 信子 講師名/堀 宗代 会員数/8名
 活動場所/「ラピカ」茶道館 活動種目/茶道(裏千家)
 活動日/火曜日(月3回) 午後6時30分～午後9時30分



茶道の一つひとつの所作を練習していると無念無想になっていき、心が癒されます。一服のお茶を心を込めて点て、お客もその心をいただく。それが何よりの至福のときです。四季の花、お菓子も楽しみに一つです。興味のある方は、お気軽に見学に来てください。

舞踊全般 刈舞会

代表者名/山本 榮子 講師名/本間 洋子 会員数/10名
 活動場所/「ラピカ」第1学習室 活動種目/踊り、演歌、民謡一般
 活動日/第1、第3日曜日 午後1時～午後3時



会員が、高齢で若い人は入ってこないため高度の踊りが出来なくなってきました。何年もマンネリ化しておりますので、皆さんの新しい風を吹き込んでもらいたいです。皆さんの入会をお待ちしております。昨年一名、仲間が入ってこられました。村の文化祭や市の文化祭にも出演しています。一度練習を見に来てください。

よさこい 刈羽輝流

代表者名/酒井 真由美 講師名/必要に応じて随時依頼
 会員数/31名 活動場所/刈羽村第2体育館 アリーナ 他
 活動種目/よさこい 活動日/毎週金曜日 午後7時30分～午後9時30分



明るく元気で愉快な仲間と楽しく踊って汗を流しています。一緒に踊りませんか?見学自由!体験大歓迎です!!お気軽にお越しください。

川端誠絵本原画展

平成28年 11/12(土)~11/27(日)

期間/午前10時~午後6時
会場/刈羽村生涯学習センター「ラピカ」第1・2学習室
入場無料



作家プロフィール

川端誠(かわばた まこと)
1952年、新潟県高田市(現・上越市)生まれ。絵本作家。
作品に『鳥の島』(第5回絵本にっぽん賞受賞)『びかびかづん』『森の木』
『十二支のお節料理』『うえきばちです』『地球をほる』『お化けシリーズ』『野菜忍者シリーズ』(BL出版)。
『落語絵本シリーズ』(クレヨンハウス)『りんごです』『バナナです』『いちごです』(文化出版局)など多数。
制作の裏話などのトークをはさんだ、自作絵本の開き読み「絵本ライブ」を、講演会とセットにしたり、小学校で行う。



〈代表作品〉
『まんじゅうこわい』クレヨンハウス
『めぐろのさんま』クレヨンハウス
『お化け屋敷へようこそ』BL出版



「風来坊」BL出版

「槍ヶ岳山頂」BL出版

「風来坊 危機一髪」BL出版

「さくらの里の風来坊」BL出版

期間内同時開催

絵本ライブ・講演会 11/19(土)

川端誠氏本人による、絵本の開き読み・講演会を行います。

絵本ライブ

作者が自作絵本をおもしろおかしく開き読み。
制作の裏話も作者ならでは!子どもも大人も大集合!

時間/10:00~11:00
場所/「ラピカ」第1・2学習室

講演会

読書ぎらいの少年が絵本作家になったお話。
スライドで絵本の制作過程を大公開!

講演会名/「絵本とともに旅をして」
時間/14:00~16:00 場所/「ラピカ」文化ホール

主催者からのコメント

皆さん一度は読んだことのある「落語絵本シリーズ」「お化けシリーズ」等大人気な絵本を創作している川端誠さんは新潟県ご出身の絵本作家です!現在は、国内様々な場所で原画展や講演会、絵本ライブ等行っている川端誠さんは、絵本を作家本人から開き読んでもらうことはめったにないチャンス!本が苦手な方も大好きな方も、大人も子どもも、ぜひお気軽にご来館ください。

絵本ライブ・講演会終了後に
絵本販売とサイン会を
実施予定!



日帰り入浴 お食事 できます! /

● 営業時間 10:00~22:00
● お食事LO 21:30

お食事

・麺類
・丼・定食

入浴

大人 500円
子供 400円







ぴあパーク
とうりんぼ
Peach & Agriculture Park
designed by PVK

ピーチビレッジ刈羽
新潟県刈羽郡刈羽村大字刈羽4286-2 TEL. 0257-31-8600

12星座占い ★【9~11月の運勢】

- | | | |
|---|---|--|
| <p>牡羊座
恋の魅力が高まっています。好きな人がいるなら十五夜など月が出る日が成功しやすいでしょう。</p> | <p>獅子座
古くからの伝統や文化や教養を大切にしたり実践することで仕事で大きな成果が見えます。</p> | <p>射手座
健康運が下降気味なので上昇させるにはスポーツや程よい筋力トレーニングがお薦めです。</p> |
| <p>牡牛座
出会いが広がる時期。ハロウィンイベントやお祭りなど、かげがえのない人に巡りあうチャンス。</p> | <p>乙女座
周りの大切な人の健康が衰える暗示が。感謝の気持ちや些細な贈りもので喜びの力で回復するでしょう。</p> | <p>山羊座
悩みを吹き飛ばすキーマンはよく笑う人のようです。特に笑いのツボが浅い人は天使級です。</p> |
| <p>双子座
心を休める時のようです。紅葉や森林浴など大自然があふれる場所に出かけて気持ちを安らげましょう。</p> | <p>天秤座
仕事や人気運UPのカギは、ずばり顔の表情の変化です!明るめメイクやヘアアレンジなど効果あり。</p> | <p>水瓶座
仲間と喧嘩しそう。昔の思い出や懐かしい写真、映像などで心が和み。逆に絆が深まるでしょう。</p> |
| <p>蟹座
新しいお店、新築の家や新人さんなど「新」がつくフレーズに出会うと金運や財運のエネルギーが増加。</p> | <p>蠍座
決断や判断に迷いが生じます。意外にも身近な人よりも他人のなにげない一言で勇気が出るでしょう。</p> | <p>魚座
食運UP!!栗やさんまやキノコなど秋の味覚を堪能することで絶好調で刺激的な毎日になります</p> |

占いカウンセラー 四つ薔 魔法の杖(西堀ローサ内) 新潟県新潟市中央区西堀通6番町894-1 西堀ローサC8