

ぴからぴ

PIKARAPI

2020
SPRING
vol.16

Have a good Spring



・ぴからぴクーポン有り・

Cafe 特集
レッツBBQ
刈羽村体育協会
インフォメーション

ラピカの日常を毎日更新中♪

ラピカ
designed by PVK



ラピカのイベント情報や日常などお伝えしています。「#ラピカ」で検索！みなさんからのフォローお待ちしております♪

プレゼント
ロールケーキ
1本5名様
詳しくはページ下へ

とちおとめ使用
いちご
ロールケーキ

江口だんごのカフェ
ふわふわのロールケーキ
生地ふわふわで、生クリームは
甘すぎず、春の期間限定の甘酸っぱい
とちおとめを使用したこだわりの
ロールケーキ。



雪甘月(ゆきかんげつ)
新潟県長岡市宮本東方町52-1
江口だんご本店内
TEL.0258-47-4122
営業時間/10時~17時
定休日/水曜
☎30台



お店マップ

江口だんご
蔵づくりカフェ

雪甘月

紅茶もおいしい
ランチが充実

女子会や
カフェタイムにおすすめ
ゆったり体にいい食事
紅茶の種類も豊富で十五穀米が
うれしいセットランチ・デザート付など、
デザートメニューも豊富にあります。



YASUNBA CAFE
新潟県長岡市今朝白3-17-12
TEL.0258-37-0437
営業時間/11時~20時
(ランチ・11時~14時30分頃)
定休日/火曜
☎6台



お店マップ



YASUNBA CAFE

十五穀米使用
ほうれん草とベーコンの
カレーライス

アンケートに答えて
読者
プレゼント

雪甘月さんより
4/3(金)消印有効
ロールケーキ1本
5名様
(いちごロールケーキは期間限定4月中旬頃まで)
※店頭受取可能な方のみ

T・ジョイ長岡さんより
4/17(金)消印有効
平日映画鑑賞チケット
10組20名様

ぴからぴクーポン・ YASUNBA CAFE
セットランチとドリンク
又はドリンクとデザートをご注文された方
ジェラート1つサービス
※注文時に提出 ※他クーポンとの併用不可 【有効期限】2020年5月31日

【応募先】〒945-0307 新潟県刈羽郡刈羽村大字刈羽100番地ラピカ宛
【応募方法】アンケートに答えてプレゼント名、お名前、住所、電話番号、年齢を書いてご応募ください。
①ぴからぴで載せてほしいおすすめ飲食店を教えてください ②ぴからぴのご感想
メール info-rapika@pvk.co.jpまで 上記住所まで 郵便ハガキでご応募ください。
【応募締切】▶ロールケーキプレゼント4/3(金)消印有効 ▶映画鑑賞チケット4/17(金)消印有効
※応募者の中から抽選でプレゼントさせていただきます。発表は発送をもって代えさせていただきます。

源土運動広場

2020年
4月～
詳しくはHPを
ご覧ください!

BBQ 利用可能に!!

広い芝生エリアで思いっきり遊ぼう!

BBQといえばお肉! 豪快に肉の塊を焼いて食べたい! ということで、町のお肉屋さんにて聞いてみました。訪れたのは柏崎市西本町にあるdelicatessenいとうさん



肉の塊が焼きたいです!
BBQ におすすめのお肉ありますか?

予算によって様々だけど、BBQの場合、用意するお肉の量は1名200g~300gで考えるとちょうどいいよ!



おすすめ
肉

アメリカ産 牛サーロイン 価格 3円80銭~/1g
500gくらいでドンと焼くと最高!

アメリカ産 チャックアイロール 価格 3円~/1g
イベントの1キロステーキチャレンジ!でも使っている部位で脂身も少なく赤身肉の味わいが最高!!



チャックアイロールって名前がかっこいい★

ほかにも骨付きカルビやラムチョップなんかもあるよ!



お肉屋さんって面白い! よーし、BBQ するぞー!!

SHOP DATA | delicatessenいとう TEL.0257-22-2450



毎月メニューが変わるテイクアウト専門店

べこ屋 タピオカドリンクスタンプラリー 6月末まで

450円~ (税込)

ホットコールド
どちらでもOK

BEKOYA
TAPIOKA

① タピオカ増量
or
トッピング1つ
サービス

・マシュマロ・チョコソース
・キャラメルソース

済

② 1杯購入で
もう1杯同じ
タピオカドリンク
サービス

※お1人様1杯まで

済

③ お好きな
タピオカドリンク
半額!

※お1人様2杯まで

済

4月~6月
お惣菜販売しています。



メニューは
インスタまたは
店頭看板を
チェック!!

Instagram



べこ屋 ☎080-8082-2670 柏崎市長浜町6-45(みよんみよん様脇) 営業時間/11:00~17:00(売切次第) 不定休



刈羽村体育協会インフォメーション

刈羽村体育協会から刈羽村スポーツ協会へ 更なる発展を！

刈羽村体育協会は1983年4月に会則をつくり発足して今日まで刈羽村の体育振興に取り組み、活動をしてまいりました。1964年の東京オリンピック以降スポーツを幅広く捉えるように生活意識や生活スタイルの変化が生まれてまいりました。人々が仕事以外に余暇を利用し自らもスポーツに参加、試合等の観戦、企業からの社会的な参加としてスポーツへの物心両面の支援等、学校で行う体育から今では幅広く地域社会にスポーツと言う言葉が使われています。そこで刈羽村体育協会では令和2年4月1日より「刈羽村スポーツ協会」と名称を変更致します。この地域社会に根を張り多くの皆様から参加とご支援を今後も頂きながら更なる発展に向けてその取り組みの第一歩としての活動をスタートさせたいと思っております。

刈羽村体育協会 会長 澤田正男



野球

刈羽村野球連盟

代表者名／武本 克彦
会員数／214名

【試合出場】
刈羽村早朝野球リーグ戦 4月～9月 毎週
刈羽村ナイター野球大会 7月～9月
刈羽村選手権大会 8月
刈羽村・出雲崎町親善野球大会 10月

当村の野球の象徴『源土球場』がメイン会場で、野球シーズンをフルに活用し、集落チーム・クラブチーム計7チーム参加にて、主要3大会を開催しております。ナイター大会は地域企業チームもご参加頂くと共に、近年は出雲崎町チームとの親善試合も定例化するなど、活動幅を随時拡充しております。今後、競技人口の底辺拡大に向け、野球の楽しさを後世に伝える為の企画も検討しておりますので、是非、球場に足を運んでください。



野球

刈羽村壮年野球クラブ

代表者名／西川 隆一
会員数／30名

【活動日】
4月～10月の
(月1～2回)

【試合出場】
新潟県南西野球リーグ
壮野球新潟県大会

野球から離れられない、そんな悩める45歳から80歳までの大人たちが、今年もまた真剣に白球を追います。汗をかいたその後は、野球談義に花を咲かせ、たくさん笑って皆の健康を確認し合います。(活動日は全て懇親会あり)まだ見ぬステージが貴方を待っています。

【入部資格】45歳以上の野球愛好者



バレーボール

刈羽村バレーボール協会

代表者名／太田 祐
会員数／37名

【ソフトバレーボール愛好会】
毎週水 19:30～21:30
【水曜会】
毎週水 19:30～21:30

【試合出場】
柏崎ソフトバレーボール選手権大会
新潟県ソフトバレーボール大会
新潟県スポーツフェスティバル
(ソフトバレー)

ソフトバレーボール愛好会は、20代から70代のメンバーが集まり、毎週2回練習をしています。水曜会は刈羽村のママさんバレーボールチームです。いずれのチームも向上心を持ちながらも楽しく活動しています。興味のある方は、ぜひともラピカに足を運んでみてください。



バドミントン

刈羽村バドミントン協会

代表者名／安澤 和雄
会員数／20名

【活動日】
① 定期練習 毎週木 19:30～21:30
② 刈羽村バドミントン大会 2020.12.6

【試合出場】
① 柏崎シニアバドミントン大会
② ラピカ杯バドミントン大会

バドミントンは、誰にでも出来てそれなりに楽しめる競技です。現在、10代から70代までの幅広いメンバーが練習しています。また、初心者・初級者を対象としたバドミントン教室も開催しています。皆さん一度参加してみませんか。



テニス

刈羽村テニス協会

代表者名／太田 十志行
会員数／4チーム 36名

【活動日】
【ドラッグスター】毎週水 午後7時30分～
【トゥコク】毎週木 午前9時30分～
【P&A】毎週金 午前9時30分～

【試合出場】
夏季村民テニス大会
秋季親善テニス大会

源土運動広場テニスコートを中心に活動しています。毎年、夏季村民テニス大会、秋季親善テニス大会等を行っています。また、初心者のための硬式テニス教室も開催しています。現在、協会に加盟するチームは4チームあり、各チームごとに活動しています。随時会員募集中です。興味のある方、一緒にテニスをやりましょう。



ゴルフ

刈羽村ゴルフ協会

代表者名／森本 順一
会員数／106名

【試合出場】
刈羽村ゴルフ大会 春
村民ゴルフ大会 秋

刈羽村のゴルフ愛好家が楽しく活動をしています。毎年、春と秋にゴルフコンペを開催し、日ごろの練習の成果を発揮します。白熱したコンペの後には、表彰式を開催して各々の健闘を労います。今年もゴルフコンペを開催する予定ですので、大勢の方の参加、会員への加入をお待ちしています。



ゲートボール

刈羽村ゲートボール協会

代表者名／品田 隆俊
会員数／70名

【活動日】
各チーム
週2回程度

【試合出場】
春季ゲートボール大会 5月
親善ゲートボール大会 5月
秋季ゲートボール大会 10月 他

ゲートボールは、激しい運動量ではないので、老若男女誰でも気軽にゲームに参加できるのが魅力です。刈羽村の源土ゲートボール場は、県下一位とも言われる芝生のコートで私たちはワイワイガヤガヤ言いながら楽しんでいます。ゲートボールと一緒に楽しみ長生きをしましょう。



卓球

刈羽卓球クラブ

代表者名／近藤 容人
会員数／約30名

【活動日】
毎週木
19:00～21:30

【試合出場】
刈羽親善卓球大会
関東ベテラン卓球大会
東京選手権県予選 他

張本選手、伊藤選手、平野選手等オリンピック金メダリストを目指す中高生の目覚ましい活躍で、卓球は国民的人気を深化・拡大しつつこのウェーブにのりたいと思います。一緒に卓球をやりましょう！



空手

刈羽空手道クラブ「一真塾」

練習生随時募集中

代表者名／庭山 義孝
会員数／12名

【活動日】
毎週水
19:30～21:00

【試合出場】
第35回新潟県少年少女空手道選手権大会
第19回全日本少年少女空手道選手権大会
第14回北信越小中学生空手道選手権大会 他

空手道は体力の向上だけでなく心の鍛錬にもなり、強い心と共に思いやりのある優しく礼儀正しい子供に育ちます。仲間と手を取り助け合い、支え合い、如何なる困難も乗り越える事を目標としています。空手はオリンピック正式種目でもあり、直接相手に触れる事のない寸止め空手として世界中に普及しており、小さなお子様でも安心して競技できます。



第37回 刈羽村スポーツ競技者表彰式を開催しました!



功労賞

卓球 刈羽卓球クラブ

近藤 容人

30年以上の長きにわたり刈羽村の卓球の発展や選手の育成に寄与した。

特別優秀競技者賞(個人)

●高等学校の部

陸上競技 田中 絢音(新潟産業大学附属高等学校3年)
第63回北陸地域陸上競技選手権大会 3000mSC **第1位**

陸上競技 近藤 綾香(新潟産業大学附属高等学校1年)
第45回新潟県高等学校1年生大会 やり投 **優勝**

陸上競技 浅野 愛(柏崎高等学校2年)
第72回新潟県高等学校総合体育大会 やり投 **第1位**

陸上競技 横山 柚月(新潟産業大学附属高等学校1年)
第45回新潟県高等学校1年生大会 棒高跳 **優勝**

●小学校の部

バドミントン 品田 莉希(5年)
第25回北信越小学生バドミントン選手権大会 新潟県予選会 **優勝**

空手 西川 幸汰朗(4年)
第39回新潟県スポーツ少年団総合体育大会 第43回空手道大会 形 **優勝**

特別優秀競技者賞(団体)

●一般の部

バレーボール 刈羽村ソフトバレーボール愛好会 ブル刈羽フリー
〈出場者〉相澤 拓/高鳥 恭平/相澤 秀樹/石黒 龍吉
広川 正彦/入沢 一幸/石黒 由香/渡辺 未来
猪俣 峰子/高鳥 祐子
第4回全国ソフトバレーフリーフェスティバル新潟県予選会 **第1位**
第31回新潟県ソフトバレーボール大会
兼ソフトバレーボール北信越フェスティバル新潟県予選会 フリーの部 **第1位**

●高等学校の部

バレーボール 中越高等学校 バレーボール部
〈出場者〉高野 夏美(2年)
令和元年度第25回北信越私立高等学校男女バレーボール選手権大会
第2次北信越地区富山県新潟県予選会 **第1位**

●中学校の部

水泳 柏崎翔洋中等教育学校
〈出場者〉吉田 愛璃(1年)
第59回全国中学校総合体育大会 女子400mメドレーリレー **第4位**

優秀競技者賞(個人)

●高等学校の部

陸上競技 中塚 公輝(新潟産業大学附属高等学校3年)
第72回新潟県高等学校総合体育大会 円盤投 **第2位**

陸上競技 近藤 梨々香(新潟産業大学附属高等学校3年)
第72回新潟県高等学校総合体育大会 やり投 **第2位**

陸上競技 杭田 萌(新潟産業大学附属高等学校2年)
令和元年度新潟県高等学校選抜陸上競技大会 棒高跳 **第2位**

●中学校の部

陸上競技 近藤 愛加(3年)
第69回上越地区中学校陸上競技大会 棒高跳 **第1位**

陸上競技 伊部 龍琥(3年)
第50回新潟県中学校総合体育大会 棒高跳 **第2位**

●小学校の部

水泳 畠山 陽菜(5年)
第15回柏崎刈羽小学校親善水泳大会 女子50m平泳ぎ **第1位**

水泳 品田 莉希(5年)
第15回柏崎刈羽小学校親善水泳大会 男子100m自由形 **第1位**

陸上競技 五十嵐 祐(5年)
第15回柏崎刈羽小学校親善陸上大会 男子100m走 **第1位**

優秀競技者賞(団体)

●一般の部

ソフトボール 刈羽村ソフトボール愛好会 ブル刈羽シルバー
〈出場者〉安澤 直友/太田 祐/安沢 俊栄/近藤 千枝子
渡辺 啓子/中林 和子/吉田 ひづる
第31回新潟県ソフトバレーボール大会兼
ソフトバレーボール北信越フェスティバル新潟県予選会シルバーの部 **第3位**

●高等学校の部

硬式野球 新潟産業大学附属高等学校 野球部
〈出場者〉畠山 祐輝(2年)
第141回北信越地区高等学校野球新潟県大会 **準優勝**

●中学校の部

硬式野球 柏崎リトルシニア
〈出場者〉浅野 真心(2年)/室橋 煌(2年)
2019年度日本リトルシニア中学硬式野球協会信越連盟新潟ブロック新人大会
兼第20回リトルシニア新人新潟大会 **第2位**

●小学校の部

軟式野球 柏崎 STARS
〈出場者〉佐藤 陸斗(6年)/渡邊 咲来(6年)
第41回新潟県スポーツ少年団軟式野球交流大会 **準優勝**

●硬式野球

刈羽ウイングス
〈出場者〉小林 和真/畠山 陽菜/室星 耀/大塚 頼哉
山崎 悠信/木村 亮仁/井澤 成友/佐藤 大雅
木村 奏斗/室星 燈/伊藤 慶明/牧口 周平/
小池 旬/太田 世和/大塚 瑠希哉/入澤 翔空
第18回新潟県学童新人野球大会 **第3位**
柏崎中央ロータリークラブ旗争奪第31回新人野球大会 **優勝**

●サッカー

刈羽フェニックス
〈出場者〉細川 結大/三五 稜葵/安達 爽良/渡辺 芹菜
阿部 奈々/小林 杏輔/安達 都希/池田 柁真
山本 蓮也/田岡 舜也/五十嵐 彩人/小林 亜衣
遠藤 碧愛/五十嵐 祐/桑原 欣誉/近藤 優翔
第23回柏崎ジュニアサッカーリーグ **第1位**

令和元年度 刈羽村体育協会賛助会員一覧 ※順不同

東羽会 荒木屋 二幸産業株式会社 株式会社柏崎第一印刷 株式会社品田石油 翠光建材株式会社
株式会社サンデント 有限会社森本食品 有限会社松野組 株式会社小林文英堂 株式会社太田材木店
株式会社刈羽電工 ピーチビレッジ刈羽株式会社 株式会社アール・ケー・イー PVK株式会社

松岡達英 絵本原画展

2020年. 3月20日(金・祝)～4月5日(日)



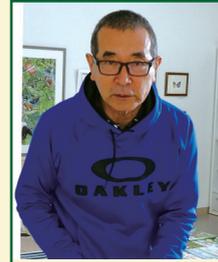
「もりのくうちゅうさんぽ」(福音館書店)

会場／刈羽村生涯学習センター
「ラピカ」

時間／午前9時～午後9時30分

休館日／3月23日(月)

入場
無料



profile

松岡達英

長岡市生まれ。日本、中南米、アフリカ、東南アジアなどの豊富な取材経験を生かし、「熱帯探検図鑑」(偕成社)で絵本にっぽん賞、「ジャングル」(岩崎書店)で日本科学読物賞と厚生省児童福祉文化賞を受賞。新潟県見附市にギャラリー「ぴよんROOM」を2019年10月にオープン。新潟県在住。

松岡達英さんのやさしい絵本の世界

+++++
長岡市出身の絵本作家、松岡達英さんの原画展。松岡さんは綿密な現地取材に基づく数多くの自然科学絵本で知られており、「冒険図鑑」、「自然図鑑」などのイラストの豊富な図鑑シリーズは、自然や冒険にあこがれる子どもたちに大きな影響を与えてきました。

展示作品

当原画展では松岡さんの作品のうち、「もりのくうちゅうさんぽ」、「くるくるくるみ」の絵本の原画を展示いたします。松岡さんの作品世界をお楽しみください。



「くるくるくるみ」(そうえん社)



「くるくるくるみ」(そうえん社)



「もりのくうちゅうさんぽ」(福音館書店)

編集長コラム

整える



突然ですが、「整った～」と思える経験をしたことがありますか?ヨガで心と体を整える、マッサージで体を整えるなどありますよね。いまハマっているテレビドラマ「サ道」ではサウナで味わえる心地よい気持ちを「整った～」と表現されています。私もサウナ好き、自称サウナーなのでよく銭湯へいきますが、いままでは「すっきりした～」程度でした。サ道を観て、あの「整った～」を味わいたい!と思い早速温泉へ向かったのです。

いままでとは違う、「サ道」を真似したルーティーンをしたところ、いつもよりスッキリした感覚とふわーとした心地よい感覚を味わうことができ、新たな境地を切り開いた気がしました。次は「整った～♡」までたどり着きたいなあ……。

さらにサウナについて調べていたら、サウナキャンプなるものを発見。最近ではキャンプブームもあり、様々なテントが販売されているのでチェックはかかさずしていますが、サウナーでありキャンパーの私にはどストライクな遊びで興味津々である。湖畔でサウナテントを張り、サウナに入ったあとそのまま湖に飛び込むなんて最高に整いそうだ。いつか実現したら動画を撮ってYouTubeにアップしたいと思います(笑)。

整えるというワードでもう一つ、「30分ラン」のスヌメ。短時間で、ほどよい疲労感とリフレッシュができます。まずはゆっくりウォーミングアップ!自分の身体の調子を確認しながら5分ほど走ります。体が温まり、呼吸も慣れてきたところで徐々にスピードアップします。20分ほど走りまだいける!というときは5分間さらにスピードアップ。考え事など出来ないくらい夢中になって走ります。ラスト5分はクールダウンです。がんばった自分を褒めてあげましょう。

忙しい時や、運動不足だなというときに行くと身体も心も整いますよ!今の私の整いBIG3は「サウナ」「ラン」「アニメ」です。皆さんはどんなことで整ってますか??

ラピカ サッカースクール

基礎から楽しくスタート!

小学1~6年生対象
スクール生
大募集!!

初心者もクラブ所属選手も大歓迎!!
ゲームを中心とした練習で、一緒にサッカーを楽しみましょう!
詳細はホームページにてアップしています。

無料体験も
随時開催!!

女の子も
大歓迎!

どどどど
ゴール!

ぜひお母さん
指導で安心!

お問い合わせ・お申し込み TEL.0257-20-3100
〈事務局〉刈羽村生涯学習センター「ラピカ」 詳しくはホームページをご覧ください。

RAPIKA RUNNING CLUB

中学生対象

外部指導・教室なども
承っております!!

ランニングの基礎だけでなく、技術面もしっかりサポート!
長く活躍できる選手を育成します。

月会費	入会金
5,000円 <small>(税込)</small>	2,000円 <small>保険料を含む(税込)</small>
会場	日時
刈羽中学校	月曜日 18:30~20:00
スタッフ紹介	
大図 彰	
日本陸上競技連盟公認ジュニアコーチ PHI ビラティス インストラクター マット&II・プロップス	

お問い合わせ・お申し込み TEL 0257-20-3100 刈羽村生涯学習センター「ラピカ」 〒945-0307 新潟県刈羽郡刈羽村大字刈羽100
FAX.0257-20-3103 E-mail rapika@pvk.co.jp

刈羽村特産 令和元年度産

砂丘桃ジュース

限定販売 **¥417** 残り**250本**

刈羽村正明寺で採れた桃3個分をそのまま瓶詰め!
無添加なので安心・安全! 濃厚なのに口当たり爽やか。
ぜひお試しください。

※写真はイメージです。

セブン-イレブン 中越刈羽店 TEL/FAX 0257-45-3855
刈羽村大字下高町488-1 (国道116号線 東京電力樺入口)

イベント掲示板

桃の花見 フェスティバル

4月19日(日)

健康ウォーク

6月7日(日)

ラピカキックバイクフェスティバル

8月30日(日)

“できたらいいな”をカタチにします

各種配管
設計・施工

給湯機
取替

修理・新設
見積無料

想定外の
その前に

ご相談くださいワン
→やって良かった!

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

大原スポーツ

オリジナルフッペンなど
1枚からでも作成します
ご相談ください!

〒945-0051 新潟県柏崎市東本町1-6-14
☎0257-22-2879 FAX.0257-22-7348
E-mail: atsu-an@agate.plala.or.jp

北京

ラーメン・ギョーザ

今よりも少し柏崎駅に近い所に店舗があった時から、ご主人に作って頂いたラーメンをおいしく食べていたお店。現在の場所に移られて25年だそうです。昭和、平成、令和と営業され、有名な繁盛店でいつも多くのお客様で混雑しておられます。お伺いするたびに思うことは、マーボーの辛さ、濃さ、温度等いつも変わらない美味しさである事。マイ・ガストロミー。



うま煮ラーメン

スープの上の熱々の餡かけ、少し硬めにゆでられた麺、計算された1杯、やけどに注意しながらもいただく至福の時間。豚肉やキクラゲ、ニンジン、筍、白菜など具材も豊富でボリューム満点です。



マーボメン

中心部に盛られた少し辛めの餡を周辺の透明感のあるスープが引き立て、柔らかな豆腐と共に、こくがあるのに、不思議とさっぱり食べれる。寒い季節は、冷えた体を温め、暑い季節も汗をぬきながら、最後まで、おいしく麻婆豆腐の美味しさを満喫できる1杯をぜひ。



〒945-0052 新潟県柏崎市錦町4-11
Tel.0257-23-6913
営業時間 11:00-14:00 17:00-20:00
定休日 月曜

ぴからぴクーポン このクーポンご提示の方に
岩のリトッピングサービス
有効期限:2020.5.31まで

表紙モデル募集のお知らせ

『ぴからぴ』では表紙モデルを募集します！年齢性別は問いません。たくさんのご応募お待ちしております。

【応募方法】
メール／お名前(ふりがな)、住所、電話番号、性別、年齢、顔がはっきりとわかる写真を記入・添付し下記までメールしてください。

ラピカアプリからも応募可能です！

〈応募メールアドレス〉 info-rapika@pvk.co.jp

ぴからぴに

広告掲載

しませんか？

刈羽、柏崎エリア中心に
年4回発行！(3・6・9・12月)
発行部数10,000部

お気軽にご相談ください。
サイズや金額など

ラピカ (お問い合わせ) 刈羽村生涯学習センター「ラピカ」
TEL.0257-20-3100 E-mail rapika@pvk.co.jp

タイヤショップ柏崎店

中古・新品タイヤの高価買取・激安販売

至柏崎市街

● ローソン様 ● ホームックス様
● やよい様

お気軽にお問い合わせください。

〒945-0105 柏崎市大字 下境井924-1
TEL.0257-41-6268
FAX.0257-41-6269 E-mail: tomoshi8888@yahoo.co.jp

敷布団

新潟県内に4台しかない
ふとん洗い兼用洗濯乾燥機を設置

洗濯から乾燥まで2時間 ともにお得!! 約2,200円

コインランドリー アクアス刈羽
☎0120-913-846

刈羽村大字下高町539番地 国道116号沿い・セブンイレブン刈羽店様となり
営業時間 / 午前5時～深夜0時

洗濯ヘルパーが
お手伝いします!!
(午前9時～午後5時)

上記の洗濯機が	お名前
200円OFF	住所
<small>※乾燥のみ利用不可 ※セール期間中利用不可 ※他の割引券等とは併用できません 有効期限:2020年5月31日まで</small>	TEL
	ご記入の上、当店スタッフへお渡しください



柏崎ファンクラブ

— Kashiwazaki Fan Club —

会員募集中



みんなで柏崎刈羽を盛り上げよう！
入会すると素敵な特典が盛りだくさん！

柏崎を愛する人たちが集い、柏崎の様々な魅力をセールスパーソンとして発信していく柏崎ファンクラブ。会員同士が親睦を深め、楽しみながら柏崎の魅力を発見して柏崎のシティセールスの一翼を担ってください。

Webサイトから入会できます！

柏崎シティセールス公式ホームページ
柏崎ファンクラブ
<http://kz-cs.com/funclub>

柏崎シティセールス推進協議会
事務局：柏崎市元気発信課 ☎0257-21-2311

ぴからび おすすめ 居酒屋



たんぽぽ 米山台店

柏崎市内の住宅街の一角にあり、昼のランチ営業と夜の居酒屋営業で賑わっているお店。お昼は短めな営業時間ながら、日替わり定食、ワンコインらーめんなどお得なメニューが盛りだくさん用意されています。個んだ時は、やはり日替わり定食。お得感満載。ご近所の常連さんも多く、気さくな雰囲気の中でご主人との会話も弾む。豊富なメニューの中から、選ぶ楽しさを満喫でき、おいしく、しかも安い。食の地産地消推進店でもある。

店内はカウンターとレトロ感漂うスーヴを囲むように、小上がりがある。長い間、お店を営んでこられた、ご主人と奥様との会話を楽しみながら、ぜひカウンター席へ。初めての来店では、座りにくい方もいらっしゃるかと思いますが、少し勇気を出してチャレンジしてみてください。美味しいお酒とお料理と共に、極上の居酒屋トークを楽しむのもよし、静かに呑むもよし。



〒945-0842
新潟県柏崎市米山台3丁目9-41
Tel. 0257-24-0435
営業時間 / 11:30-13:30
17:30-23:00
定休日 / 日曜・祝日

ぴからびクーポン 1名様2000円以上ご利用 & このクーポンご提示の方に
生ビール1杯サービス
有効期限:2020.5.31まで

セブンイレブン
柏崎新花町店

移動販売 実施中!

ご希望の方は
お問い合わせを! TEL.0257-32-7110

今年でラピカ開館 20周年! にちなんで

笑顔の村 写真展

かりわ **結果発表**

作品募集テーマ 20にまつわる写真

【受賞者】高木 愛 様

【作品名】「プール監視20年目!!」

【作品エピソード】水の広場の監視業務も20周年! 記念に撮りました。

応募作品を展示しラピカ来館者の皆様より多くの投票をいただき最優秀賞が決まりました。たくさんの方の写真的ご応募とご投票ありがとうございました。



最優秀賞

女性のトータル / ビューティーのサポート

Beauty & relaxation ひーりん

足つぼ40分	4,000円
足つぼ&頭もみほぐし60分	5,000円
アロマタッチ	5,500円
ワンカラー、グラデーション(ハンド、フット)	3,000円
キャンペンネイル	4,900円
フットネイルデザイン	6,500円

お友達紹介割引やっています。詳しくはHPをチェック!

完全予約制 電話またはLINEにて承ります 新潟県 柏崎市土合 スペース21 2F

090-2255-4451

リフォーム工事 修理・修繕工事 ご相談ください!

REFORM MENU	外壁工事	間取り変更	水廻り工事	増改築
介護バリアフリー	省エネ工事	修理・修繕	お庭カーポート	空き家解体

住まいを変える 暮らしが変わる

リメイク株式会社
Remake 柏崎市土合615番地 // HOMEXグループ

0120-916-337

ハートに炎を

BOAT IS HEART

DYNAMITE BOAT RACE

ボートレース 刈羽

チケットショップ **ORALE**

スーパーセンター「PLANT-5刈羽店」隣



開場時間 9:00~21:00

Webで
開催情報を
GET!!



2020年 4月 第1期開講

ラピカ 子ども 将棋教室

将棋講師 **久保 勲**
日本将棋連盟公認 将棋指導員

会場日時 刈羽村生涯学習センター「ラピカ」
第3・4学習室

月曜日開催 17:30~19:00

受講料 1期(全5回)につき **2,500円(税込)**
※教室は全4期(年間20回)開催予定です。

定員 中学生以下の子ども **12名**

お問い合わせ お申し込み **ラピカ** 刈羽村生涯学習センター「ラピカ」
TEL.0257-20-3100

〒945-0307 新潟県刈羽郡刈羽村大字刈羽100
FAX.0257-20-3103 E-mail rapika@pvk.co.jp

ぴからび スタッフのつぶやき

A)個人的ですが、2月の末に行われた好きな歌手男性グループ、某船の春ツアーの抽選チケットが当たり、行けることになりました!!今回のコンセプトは「花魁」なので、どうなるのか気になって夜も眠れませんでした!新潟はキャバが少ない分当たる確率が少なかったのに当たってとてもうれしかったです。

S)初めてサカナクションのライブに参戦しました。ライブは「光」をテーマに演出されていて音楽とともに照明の演出を変えており光がよく見えるように会場内をスモークで漂わせていてとても凝った演出で、音楽も最高でした。席が運良く中央だったのでサカナクションのメンバーがよく見えてカッコ良かったです。また

2回目も行くので楽しみです。
K)入社して間もないのですが、ラピカのイベントに来て下さる芸能人がロッチさんや池上彰さんなど豪華な方たちばかりでびっくりしました。次はどんな方に来て頂くか楽しみにしてください!

M)最近自分の電卓がほしいと思うようになりました。それに付随してプライベートのことで色々悩んでいます。悩む時期です。うーん…

Cover Girl profile

今回モデルを務めていただいた重野さんはなんと2児の母さん! 明るいう方で撮影も順調でした。ご協力ありがとうございます!

表紙モデルプロフィール
重野 美希さん
スタイリスト/ルクルヘア 柏崎店
ロケーション/café confine

年頭屋オリジナル 棒ほうじ玄米茶

みのる

香ばしい一番茶の棒ほうじ茶と柏崎・刈羽産のお米「葉月みのり」玄米をブレンドしました。

大人気 100g **500円**
(税込540円)

茶 年頭屋茶舗 ☎0257-22-2293
〒945-0026 柏崎市藤元町29-31
営業時間/9:30~19:00 定休日/水曜

歓迎 法要

心のごもったまごころのお料理をお出しいたします。冠婚葬祭、法事、ご宴会、お惣菜の移動販売と多種多様に对应できます。送迎バスもご用意できます。

ご宴会 3,000円(税別) 料理 6,000円(税別)
火曜・金曜はラピカにてお昼ごろ移動販売しています。

柏崎市西山町下山田186-1 ☎0257-47-2647
営業時間/11時~22時 定休日/水曜

ポーラの顔エステ

ポーラのエステが進化しました。全てのお客さまに、トライアル価格でお試しいただけます。

美肌 トリートメント

- プレミアム70分 通常 ¥13,000 → ¥8,500 (税別)
- スペシャル60分 通常 ¥10,000 → ¥5,500 (税別)
- ベーシック50分 通常 ¥8,200 → ¥3,700 (税別)

「ぴからび」を見て予約をくださった方へ オプションヘッドケアプレゼント

POLA couleur クルル ☎090-5393-1931 (担当) 阿部 真粧江
☎0257-32-4510 (予約制)

柏崎市田塚1-1-24(8号線沿い)【営業時間】9:00~18:00【定休日】日・祝日

ぴからびをご覧の皆様だけの大特価!

当店おすすめ 目玉の中古車はこちら!

安パワ シブシブ 令和1年式 ●走行1800キロ ●4WD ●CVT ●スマートアシスト ●セーフティサポートニッカー ●バックカメラCD/DVDプレイヤー ●車検 R4年7月22日 ●車体番号下3桁 067

車両コミコミ価格!! **165万円**

スズキ キヤリル 平成30年式 ●走行5000キロ ●4WD ●5MT ●車検 R2年6月3日 ●車体番号下3桁 327

車両コミコミ価格!! **85万円**

北刈自動車工業株式会社
KITAKARI Auto Mobile Inc. 〒945-0307 刈羽郡刈羽村(ラピカ前) ☎(0257) 45-2191(代)

T-JOY長岡の公開ラインナップはこれだ!!



映画ドラえもん のび太の新恐竜

連載開始から50年を迎え、幅広い世代に親しまれている「ドラえもん」の長編劇場版第40作。双子の恐竜と出会ったのび太たちが仲間の恐竜たちを探すため、太古の白亜紀に向かう。

©藤子プロ・小学館・テレビ朝日・シンエイ・ADK 2020



3/13 2分の1の魔法

ディズニー・ピクサーが異世界を舞台に描くアニメーション。科学や技術の発展によって魔法が影を潜めてしまった世界に生きる兄弟の冒険が描かれる。

©2020 Disney/Pixar. All Rights Reserved.



3/20 映画プリキュアミラクルリープ みんなとの不思議な1日

「ヒーリングっど・プリキュア」「スター☆トゥインクルプリキュア」「HUGっと!プリキュア」のキャラクターが登場する劇場アニメ。今日を何度も繰り返す世界に閉じ込められたキュアグレースたちの行く末が描かれる。

©2020 映画プリキュアミラクルリープ製作委員会



4/17 名探偵コナン 緋色の弾丸

劇場版シリーズ第24弾。世界最大のスポーツ祭典が開催される直前に起きた拉致事件にコナンが挑む。

©2020 青山剛昌 / 名探偵コナン製作委員会



4/24 映画クレヨンしんちゃん 激突!ラクガキングダムとほぼ四人の勇者

劇場版シリーズ第28目作。世界を救うために、ラクガキから飛び出したキャラクターと共にしんのすけが戦う。

©臼井儀人・双葉社・シンエイテレビ朝日・ADK 2020

- 3月6日 仮面病棟
- 3月6日 Fukushima 50
- 3月6日 劇場版ウルトラマンタイガ ニュージェネクライマックス
- 3月6日 ジュデ、虹の彼方に
- 3月13日 貴族降臨 -PRINCE OF LEGEND-
- 3月20日 弥生、三月-君を愛した30年-

- 3月20日 ハーレイ・クインの華麗なる覚醒 Birds of Prey
- 3月20日 ドクター・ドリトル
- 3月20日 一度死んでみた
- 3月27日 ソニック・ザ・ムービー
- 3月27日 ストーリー・オブ・マイライフ わたしの若草物語
- 3月28日 劇場版 Fate/stay night Heaven's Feel III. spring song

- 4月3日 ステップ
- 4月3日 デッド・ドント・ダイ
- 4月10日 007 ノー・タイム・トゥ・ダイ
- 4月17日 ムーラン
- 4月17日 劇場
- 4月17日 デンジャー・クロース 極限着弾
- 4月24日 糸
- 4月24日 劇場版 ヴァイオレット・エヴァーガーデン



映画チケットらくらく購入アプリ
キネパス
オンラインチケット予約「キネゾー」のスマートフォン専用アプリ。こちらのQRコードから無料ダウンロードできます!

T-JOY長岡
長岡市千秋2-1087-1 自動音声案内による24時間受付
リバーサイド千秋センタープラザ2F Tel.0258-21-3190

●料金 一般1,800円 / 大学生・高校生(要学生証)1,500円 / 小人(3歳以上~中学生)1,000円
シニア割引(60歳以上、要身分証明書)1,200円 / 障がい者手帳をお持ちの方(付添の方1名様まで)1,000円
●ファーストデー 毎月1日は全作品1,200円(12月1日のみ映画の日、1,000円) ※特別興行除く
●シネマチネ 平日15:00~17:00 上映開始作品1,400円 ※特別興行除く
●3D特別興行/一般、大・高校2,000円、中学生以下・シニア1,500円
http://t-joy.net/site/nagaoka/ ※公開情報・情報に関しては変更・追加になる場合がございます。

刈羽村ジュニアバレーボールクラブ

小学生女子

みんなで楽しくバレーをしませんか?

練習場所: 刈羽村第2体育館
火曜 18:00~20:00
土曜 9:00~12:00
練習場所: 刈羽地区体育館
木曜 19:00~21:00

是非見学に来てください!

問合せ 刈羽村ジュニアスポーツクラブ事務局 ☎0257-20-3100

和ダイニング 四季彩

ご宴会コース(お一人様) ¥3,500~

ご宴会・お席のご予約 お問い合わせは 月曜日・第3火曜日定休 (祝日の場合は翌日)
☎0257-31-8800

刈羽村大字下高町1663番地 刈羽 四季彩 検索

営業時間 / 昼11:00~14:00、夜17:30~21:30(LO21:00) ※土日祝は17:00~

歓送迎会は四季彩で! ご送迎承ります!

North Chiropractic Group

ノースカイロプラクティック かりわ

完全予約制 Tel.0257-45-3221
刈羽村大字刈羽3889 (PLANT-5内) 営業時間 / 9:00~19:00 定休日 / 日曜、祝日

メニュー
一人ひとりに合わせた施術を行います。
2回目以降
●一般(約60分)4,950円
●学生(約60分)3,300円
お気軽にご相談ください。

姿勢ひとつで勉強や運動も変わってきます。部活を頑張っているお子さん、お母さんたちにも好評です!

カイロプラクティックって? 背骨と骨盤の歪みを整え自然治癒力を高め、根本的な症状の回復・予防をする治療法です。

桜満開 ボランティアプロジェクト 大募集!

5月30日(土)午前9時開始

源土運動広場、多目的広場周りにある桜の樹の手入れをしてくださる方を募集します。来年、桜の季節にたくさんのお花が咲くように、お手伝いをお願いします。

- 集合場所 / 源土運動広場 多目的広場
- 募集対象 / 小学生以上の男女 (小学生の方は保護者同伴でお願いします)
- 活動内容 / 源土運動広場内での桜樹周りの草刈り、追肥作業
- 服装 / 作業しやすい服装、汚れてもよい靴、軍手、鎌(お持ちの方)

〈問い合わせ〉☎0257-20-3100 刈羽村桜樹祭事務局

春のラピカ教室



どなたでも受講できます。皆さん楽しく学べます！

ラピカ水泳教室 児童 全10回 会場：水の広場 受講料：3,000円 対象：小学生

火	児童はじめて水泳		水の中にもぐりたい、浮きたい児童にクロール25m(40秒)、背面キック25mができるよう指導します(水深90cm)									
	日程時間	4/14・21・28 5/12・19・26 6/2・9・23・30	16:30~17:30	定員	26名	講師名	石田真寿美・渡邊浩二					
土	14時コース (定員30名)	日程時間	4/11・18・25 5/9・16・30 6/6・13・20・27 14:00~15:00	講師名	渡邊浩二 山田理恵 谷口久子		15時コース (定員30名)	日程時間	4/11・18・25 5/9・16・30 6/6・13・20・27 15:00~16:00	講師名	平田文恵 山田理恵 谷口久子	
	児童水泳・初級		息つきクロールで25m以上・背面キックで25mが泳げる児童に、クロール50m(1分30秒)・背泳ぎ25m(45秒)が泳げるよう指導します。(水深90cm)									
火・土	火曜コース (定員26名)	日程時間	4/14・21・28 5/12・19・26 6/2・9・23・30 17:30~18:30	講師名	石田真寿美 渡邊浩二		土曜コース (定員26名)	日程時間	4/11・18・25 5/9・16・30 6/6・13・20・27 16:00~17:00	講師名	平田文恵 高嶋 薫	
	児童水泳・中級		クロールで50m・背泳ぎで25mが泳げる児童に、クロール50m(1分)100m(完泳)・背泳ぎ50m(1分20秒)・バタフライ25m(完泳)・平泳ぎを導入します(水深110cm)									
水・金	水曜コース (定員26名)	日程時間	4/8・15・22 5/13・20・27 6/3・10・17・24 17:00~18:00	講師名	狩野 薫 谷口久子		金曜コース (定員12名)	日程時間	4/10・17・24 5/8・15・22・29 6/5・12・19 17:00~18:00	講師名	高木 愛	
	児童水泳・メドレー		クロールで100m・背泳ぎ50mが泳げる児童に、4種目の完成と100m個人メドレー(2分30秒)、平泳ぎ25m(45秒)を目指します(水深110cm)									
水	日程時間	4/8・15・22 5/13・20・27 6/3・10・17・24	18:00~19:00	定員	16名	講師名	平田文恵					



ラピカ水泳教室 一般

水	水中歩行9時半		一般男女				会場	水の広場	講師名	狩野 薫
	日程時間	4/8・15・22 5/13・20・27 6/3・10・17・24 9:30~10:25	回数	10回	定員	30名				
水	水中歩行10時半		一般男女				会場	水の広場	講師名	狩野 薫
	日程時間	4/8・15・22 5/13・20・27 6/3・10・17・24 10:30~11:25	回数	10回	定員	30名				
木	曜日・時間が変わりました アクアビクス		一般男女				会場	水の広場	講師名	星野裕美
	日程時間	4/9・16・23 5/7・14・21・28 6/4・11・18 10:45~11:45	回数	10回	定員	30名				
木	一般水泳		一般男女				会場	水の広場	講師名	高木 愛
	日程時間	4/9・16・23・30 5/14・21・28 6/11・18・25 13:30~14:30	回数	10回	定員	16名				
金	NEW 誰でも水中運動		一般男女				会場	水の広場	講師名	高嶋 薫
日程時間	4/10・17・24 5/8・15・22・29 6/5・12・19 14:00~15:00	回数	10回	定員	30名	受講料				
日	一般水泳		中学生以上男女				会場	水の広場	講師名	高木 愛
日程時間	4/5・12・26 5/10・17・24・31 6/7・14・21 18:00~19:00	回数	10回	定員	16名	受講料				
日	一般水泳(メドレーコース)		中学生以上男女				会場	水の広場	講師名	高木 愛
日程時間	4/5・12・26 5/10・17・24・31 6/7・14・21 19:00~20:00	回数	10回	定員	16名	受講料				

月	やさしい体ほぐし ★ 一般男女						ストレッチ・呼吸法により、全身をほぐし、ゆがみなども意識できるようになります。	会場	文化ホール	講師名	石橋浩子
	日程時間	4/6・13・20 5/4・11・18 6/1・8・15・29 10:00~11:00	回数	10回	定員	50名	受講料	2,500円			
月	ピラティス ★★ 高校生以上男女						姿勢改善を目的にエクササイズを行います。ピラティスで美しい姿勢を身につけましょう!	会場	第1・2学習室	講師名	米山達哉
	日程時間	4/6・13・20 5/4・11・18 6/1・8・15・29 19:30~20:30	回数	10回	定員	20名	受講料	2,500円			
火	ゆっくりエアロビクス ★ 一般男女						音楽に合わせた軽めの全身運動を楽しみながら行います。(歩く位の速さです)筋力トレーニングも行います。	会場	文化ホール	講師名	今井礼子
	日程時間	4/7・14・21・28 5/12・19・26 6/9・16・23 13:30~14:30	回数	10回	定員	40名	受講料	2,500円			
火	NEW わくわくKids Dance 年長の園児~小学3年生まで可						笑顔で楽しく、基礎からしっかり学んで一緒に音楽を楽しみましょう!ダンスがもっと好きになります☆	会場	文化ホール	講師名	伊原琴音
	日程時間	4/7・14・21・28 5/12・19・26 6/2・9・23 18:15~19:15	回数	10回	定員	30名	受講料	4,000円			
火	時間が変わりました ZUMBAズンバ® ★★★ 一般男女						自分のペースでラテンのリズムに合わせて楽しくフィットネス!初めての方でも楽しめます!	会場	文化ホール	講師名	SATO & TAKA
	日程時間	4/7・14・21・28 5/12・19・26 6/2・9・16 19:30~20:30	回数	10回	定員	25名	受講料	3,500円			
水	やさしいヨガルーシーダットン ★ 小学生高学年以上						シンプルな呼吸法と簡単なポーズを行います。※夜間のため、小学生は保護者同伴のうえご参加ください。	会場	第1・2学習室	講師名	石橋浩子
	日程時間	4/7・14・21 5/12・19・26 6/9・16・23・30 19:30~20:30	回数	10回	定員	20名	受講料	2,500円			
水	NEW ピラティス(ビギナー) ★ 一般男女						自分の身体の癖を知り、不良姿勢や痛みの原因を解消していきます。初心者の方にも丁寧にレクチャーします。	会場	文化ホール	講師名	高木 愛
	日程時間	4/8・15・22 5/13・20・27 6/3・10・17・24 13:30~14:30	回数	10回	定員	45名	受講料	2,500円			
水	ステップエクササイズ ★★★ 高校生以上男女						音楽に合わせてステップ台への昇降運動を行います。脂肪燃焼と足腰強化に効果的です。	会場	文化ホール	講師名	杉浦礼子
	日程時間	4/1・8・15・22 5/13・20・27 6/3・17・24 19:30~20:30	回数	10回	定員	30名	受講料	2,500円			
木	太極拳 ★ 一般男女						ゆったりと柔らかく全身を動かすことで、心も体もリフレッシュ!	会場	文化ホール	講師名	関矢啓子
	日程時間	4/9・16・23 5/7・14・21・28 6/4・11・18 10:00~11:30	回数	10回	定員	30名	受講料	2,500円			
木	NEW ビューティシェイプヨガ ★★ 一般男女						シンプルな動きで集中力を養い、美しく引き締まった身体を目指します。	会場	文化ホール	講師名	松井絵理
	日程時間	4/9・16・23 5/7・14・21・28 6/4・11・18 19:30~20:30	回数	10回	定員	40名	受講料	3,500円			
金	時間が変わりました 体調改善コンディショニング ★ 一般男女						ゆっくりとした動きで姿勢・体調改善を行っていきます。シニア層におすすめです。	会場	文化ホール	講師名	しらさん家 三浦琴美
	日程時間	4/3・10・17・24 5/15・22・29 6/5・12・19 9:30~10:45	回数	10回	定員	30名	受講料	2,500円			
金	体幹トレーニング ★★ 一般男女						体の中心部(体幹)を意識しながら運動し、体のバランスを整えましょう。後半はストレッチも行います。	会場	文化ホール	講師名	今井礼子
	日程時間	4/10・17・24 5/8・15・22・29 6/5・12・19 11:00~12:00	回数	10回	定員	25名	受講料	3,500円			

※☆マークは運動強度の目安です。☆の数が増えると強度も高くなります。

Cross-Country

Festival 2020

第2回

2020. 7/12 SUN

in 刈羽村源土運動広場

4月~エントリー開始予定

(詳しくはHPをご覧ください)

20km チームリレー

1チーム4~10名

ラピカ
クロスカントリー
フェスティバル



ラピカ presents

YouTubeで
昨年の大会の様子を
チェックできます!

(お問い合わせ) 刈羽村生涯学習センター「ラピカ」 新潟県刈羽郡刈羽村大字刈羽100番地

Tel.0257-20-3100

E-mail rapika@pvk.co.jp

月	NEW ラピカ子ども将棋教室					将棋の指し方を対局を通して学びます。将棋を知らない子でも受講いただけます。 ※中学生以下対象	会場	第3・4学習室	講師名	将棋指導員 久保 勲					
	日程 時間	4/20 5/11・18 6/1・15	17:30~19:00	回数	5回	定員	12名	受講料	2,500円						
火	小学生・習字16時					小・中学生習字17時半	日程 時間	4/7・14・21 5/12・19・26 6/2・9・23	16:00~17:30	回数	9回	定員	10名	受講料	3,300円
	日程 時間	4/7・14・21 5/12・19・26 6/2・9・23	17:30~19:00	回数	9回		定員	10名	受講料	3,300円					
水	小学生・習字16時					小・中学生習字17時半	日程 時間	4/8・15・22 5/13・20・27 6/3・10・17	16:00~17:30	回数	9回	定員	10名	受講料	3,300円
	日程 時間	4/8・15・22 5/13・20・27 6/3・10・17	17:30~19:00	回数	9回		定員	10名	受講料	3,300円					
木	小・中学生習字					文字の書き方を基礎から学びます。 ※昇段級試験、認定書申請、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	石田栄久					
	日程 時間	4/9・16・23 5/14・21・28 6/4・11・18	17:30~19:00	回数	9回	定員	10名	受講料	3,300円						
土	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。※つけペン・ボールペン・筆ペンでの受講はできません。	会場	アトリエ	講師名	三井田早苗					
	日程 時間	4/2・9・16・23 5/7・14・21 6/4・11・18	9:30~11:30	回数	10回	定員	30名	受講料	3,400円						
土	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 利					
日程 時間	4/11・25 5/9・23 6/6	13:30~15:30	回数	5回	定員	12名	受講料	4,200円							
日	茶 道 (裏千家流)					茶道裏千家流の作法を基礎から丁寧に教えます。(袱紗をお持ちの方はご用意ください。)	会場	茶道館	講師名	山崎宗律					
日程 時間	4/12・26 5/10・24 6/14・28	13:00~15:00	回数	6回	定員	12名	受講料	3,600円							
土	春を楽しむ寄せ植え					初夏まで楽しめるお花を使いオリジナルの寄せ植えをしましょう。	会場	アトリエ	講師名	フォーシーズン 阿部紀子					
日程 時間	4/18	10:00~11:30	回数	1回	定員	15名	受講料	2,500円							
水	コーヒーセミナー ~産地による味の違いと、ハンドドリップの基本~					お店でのコーヒーの選び方と基本的なコーヒーの淹れ方をお伝えします。	会場	調理 学習室	講師名	cafe confine 坂井智昭					
日程 時間	5/27	13:30~15:30	回数	1回	定員	16名	受講料	1,800円							
土	はじめてのワイヤークラフト教室					ワイヤーとシンプルな工具でつくるものづくり。個々の創意工夫のデザインによるものづくりの可能性は無限大です。はじめての方でも安心してご参加いただけます。今回は一輪挿しとワイヤーでお花を作ります。	会場	アトリエ	講師名	太刀川由美子					
日程 時間	5/30	10:00~12:00	回数	1回	定員	15名	受講料	2,500円							
土	刈羽産の食材で作る笹団子					刈羽産のもち米、よもぎ、小豆、笹を使ったこだわりの笹団子教室です。	会場	調理 学習室	講師名	猪俣留美子					
日程 時間	6/6	13:00~15:00	回数	1回	定員	16名	受講料	1,800円							
土	夏に持ちたいかごバック					クラフトバンドで作るかごバックにチャレンジしましょう。	会場	アトリエ	講師名	三五泰子					
日程 時間	6/13	9:30~12:00	回数	1回	定員	15名	受講料	2,500円							

申込方法

- ラピカ窓口 先着順受付 **3月20日(金)一般教室**
3月21日(土)児童教室ともにAM9:00より開始
- ・ラピカ1Fロビーにて先着順に受付します。(定員に達した時点で終了させていただきます)申込書に必要事項を記入し(ラピカカードが必要)、受講料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。
- ・申込書は一般3/20(金)AM9:00、児童3/21(土)AM9:00から配布します。
- ・申込用紙の持ち帰りはご遠慮ください。申込後の変更・返金は致しません。
- ・児童教室に関しましては每期好評のため、申込用紙の配布をご家族分とさせていただきます。

- 電話受付 **TEL 0257-20-3100**
3月24日(火)AM9:00より開始

- ・定員に達した時点で終了となっているクラスもございます。ご了承ください。
- ・受講初日までにラピカ受付にて申込書の記入をし(ラピカカードが必要)受講料を添えてお申し込みください。
- ・クレジットカードが使用できます。

米粉スイーツ工場がっいに完成!!

こだわりの有機栽培コシヒカリを使用した

シフォンケーキ

しっとり
ふわふわ
食感



好評販売中!

ご予約も
承ります!

お気軽に
お電話ください

こだわり農家 孫作

刈羽郡刈羽村大字赤田北方704-2
営業時間 / 8:00~17:00 (土日定休)

お客様専用
フリーダイヤル

080-080-05393

まごさくさん





予約不要
当日受付で楽しめる



春のワンコインレッスン

※フィットネス教室には施設料金が含まれておりませんので、ロッカールームをご利用になりたい方は、アリーナ料金100円を別途総合受付でお支払いください。※天候等により休講となる場合がございます。あらかじめご了承ください。

体幹トレーニング★★火土

体の中心部(体幹)を意識しながら運動し、体のバランスを整えましょう。後半はストレッチも行います。

日程/◎4月7・④・28
5月12・19
6月9・16・30
④4月④・11・18・25
5月9・16・23・30
6月6・13・20・27

場所/文化ホール
※◎はアリーナ開催
○は学習室1・2開催になります。

時間/◎11:00-12:00
④10:00-11:00

講師/今井礼子
定員/各曜日50名



踏み台(ステップ)運動★水

踏み台(ステップ15cm)を使用し、昇降運動を行います。運動が苦手な方、初めての方でもゆっくりなリズムで行うので安心!!

日程/4月1・15・22
5月13・20・27
6月3・10・17・24

場所/文化ホール
時間/10:00-11:00
講師/星野裕美
定員/35名



ワークアウトピラティス(美尻・美脚)土

年齢や生活習慣でたるみがちなお尻とむくみや形の気になる脚にフォーカスしたピラティスを行います。

日程/4月11・25 5月2・16・30 6月6・13
場所/第1・2学習室 時間/14:00-14:50
講師/高木 愛 定員/30名



コアトレ&ストレッチ土

背骨のしなやかさを取り戻し、内部の筋肉に刺激を与えながら体幹を強化します。

日程/4月11・25 5月2・16・30 6月6・13
場所/第1・2学習室 時間/15:00-15:50
講師/高木 愛 定員/30名



週末リセットピラティス土

日頃の疲れが溜まった心と身体をマインドフルなピラティスエクササイズでリフレッシュします。

日程/4月11・25 5月2・16・30 6月6・13
場所/第1・2学習室 時間/16:00-16:50
講師/高木 愛 定員/30名

ZUMBAズンバ®★★★★土

自分のペースでラテンのリズムに合わせて楽しくフィットネス! 初めての方でも楽しめます!

日程/4月11・18・25 5月2・9・16・23・30
6月6・20・27
場所/文化ホール
時間/19:30-20:30
講師/SATO&TAKA
定員/50名



Instagram 発電所の今を発信中!!

柏崎刈羽原子力発電所の様子、安全対策など、様々な情報をInstagramでお届けしています。

Instagramの検索窓から「柏崎刈羽原子力発電所」と入力、「フォローする」ボタンを押すことで、発電所の最新の情報を確認できます!



アカウント [tepco_kk_official](https://www.instagram.com/tepco_kk_official/)

https://www.instagram.com/tepco_kk_official/

QRコードから
今すぐアクセス!!



柏崎刈羽原子力発電所ホームページ
<http://www.tepco.co.jp/kk-np/index-j.html>

熱中症対策はお早めに!

暑い中でお仕事を頑張る皆様に新感覚の涼しさをお届けします

アイスベスト

背中と両脇下を保冷剤で冷やします

<アイスベスト+アイスパック(保冷剤)4個セット>

FRONT

BACK



特別
価格

6,600円(税込)

着用簡単

快適な
フィット感

抜群の
冷却効果

- サイズ調整が可能な
サイドリリースバックル付ベルト
- 良く伸びて体にフィットする
パワーメッシュ素材
- 保冷剤ポケット
(サイド2カ所・背中2カ所)
- 上着に響きにくいデザイン



空調ベスト

自分を守る・仲間を守る快適ウェア

<空調ベスト+モバイルバッテリー+ファン2個セット>

FRONT

豊富な
カラーバリエーション



BACK



特別
価格

22,000円(税込)

- 特許出願中の脇メッシュ仕様
- 風漏れ防止の
裏チタンコーティング
- フルハーネス対応タイプ
- 長袖・半袖など現場に合わせて
お選びいただけます。



ユニフォーム(作業服・医療・介護服) ポロシャツ・Tシャツ等の刺繍・プリント承ります。



空調服

AITOZ
Corporation



TSD DESIGN
TOP SHALETOM

United Athle



コンタワークス 株式会社

〒945-0051 柏崎市東本町2丁目5-32 info@kontaworks.co.jp
TEL. 0257-41-5430 FAX. 0257-41-5440