

道立釧路芸術館

~28日	9:30~17:00 (26日は19:00まで)	帯広美術館×釧路芸術館 う・つ・す 版と写真の挑戦 26日18:00~18:30トワイライト・ギャラリーツアー
21日	14:00~16:00	釧路芸術館写真クラブ 「カメラのしくみを学ぼう!ボックスカメラ工作」定10人

複製技術という共通点を持ち、歴史的にも深い関係の中で表現の広がりを見せてきた版と写真。本展では「うつす」をキーワードとして、北海道立帯広美術館コレクションの「プリントアート」と、当館コレクションの「映像芸術」から、多様な表現と写真表現の挑戦を紹介します。

アートホール

6(土)	14:00	「う・つ・す 版と写真の挑戦」展美術講座 ※開催中の展覧会の割引券を配布(当日のみ有効)	21(日)	14:00	釧路交響楽団アンサンブルの楽しみ2026
7(日)	13:00	麵CAFE ALL芸術館LIVE	27(土)	10:00	アートシネマ館「とりつくしま」(2024年/日本/89分) ※先着100人※開催中の展覧会の割引券を配布(当日のみ有効)
16(火)	18:30	TVライフラインコンサート釧路	28(日)	14:30	黒木真弓フェイスブックライブ6周年コンサート
20(土)	16:30	尾崎裕哉アコースティックコンサート2026 Live in 釧路			

スポーツ

ウインドヒルくしろスーパーアリーナ		対定¥申問(回38-9800)			
1(月)	9:00	三船昭浩写真展	15(月)	9:00	真ん中世代サービス(19~59歳に粗品プレゼント)
4(木)	9:00	特別な支援の必要な子の遊び場 「のびのびアリーナ」	16(火)	9:00	シニア一般利用無料デー
5(金)、11(木)、13(土)、16(火)、22(月)、30(火)	9:00	子どもアリーナ未就学児	23(火)	10:00	シニアのためのマルチスポーツ体験
9(火)	10:00	ミニテニス体験会	25(木)	19:00	ミニテニス体験会
13(土)	9:00	季節のイベントin子どもアリーナ	毎週木曜日	19:00	IAP呼吸法トレーニングPOJI+
			毎週月・水・金曜日 (3(火)、17(火)は除く)	10:00	初心者からのチューブエクササイズ チャーズトレ

スポーツ振興財団		所記載のないものは柳町スピードスケート場 対定¥申 各開催日前日まで(回31-1230)	
1(月)~(月曜全5回)	11:50	スローエアロビック	
	19:30	やさしいエアロ夜間とショートコンディショニング	
3(水)~(水曜全4回)	13:30	ヒップアップトレーニング 18歳以上の女性	
	19:50	ヨガ棒クラス	
4(木)~(木曜全4回)	18:30	ナイトヨーガ1部	
	19:50	ナイトヨーガ2部	
5(金)~(金曜全4回)	10:00	スタイルアップレッスン「骨盤美人」18歳以上の女性	
	19:30	楽しくエアロ	
8(月)、15(月)	16:00	楽しく運動あそび 小学校1~3年生	
9(火)・10(水)	10:00	パークゴルフ初心者・初級実践教室 柳町パークゴルフ場	
15(月)	17:00	JFAなでしこひろば 附属陸上競技場 4歳以上の女性(親子の参加可) 当日受付	

鳥取温水プール 対定¥申問(回53-5333)

- 2カ月単位の成人水泳教室
①火・木曜日11:00~12:00
②水曜日11:00~11:45(祝日は除く)
対成人 内①水泳教室②健康ウォーキング
¥[週1回]7,700円、[週2回]1万1,000円
事務手数料550円(初回のみ)
③奇数月の20日※6人未満の場合中止
※詳細はお問い合わせください。
- トレーニングジム
(ランニングマシンや筋トレマシンなど)
¥[大人]1回400円、6回数券2,000円、1カ月定期券3,000円
[高校生]1回280円、6回数券1,400円、1カ月定期券2,100円



みんなの掲示板

記号の説明
日日時 場所・会場 集合場所 対象 定員
内容 料金 持参 申込方法 問合先 その他
参加料の掲載のないものは無料で参加できます。
※はボランティア募集です。

- ◆認知症予防改善「脳の健康運動教室」体験会
6月9日(火)午前10時30分~正午/回コーチ
ンフォー釧路文化ホール、まなぼと幣舞/回
簡単な読み書き、計算、ストレッチ、脳トレ等
/¥500円/回筆記用具/6月7日(日)までに
桜が丘ひびなクラブ(菅原回91-4725)へ
- ◆ふまねっとサロン
6月18日(木)午前10時~正午/
回プラザよねまち/回ふまねっ
と、ストレッチ体操、バンド演
奏等/回タオル、運動靴/¥300
円(保険料含む)/回ふまねっ
とサロン(木本回090-2878-8504)
- ◆日本てんかん協会交流会
6月20日(土)午前10時~
正午/回交流プラザさいわ
い203号室/回当事者、家
族等/回波の会(日本てん
かん協会)道東分会(阿部
回080-5582-4530)
- ◆初心者バウンドテニス教室
6月4日~13日の木・土曜日午後7時
~9時(全4回)/回釧路小学校体育館/
回15人/回6月2日(火)までに釧路バウン
ドテニス協会指導部(木田回42-5783)へ
- ◆第5回Startup Weekend釧路
6月19日(金)~21日(日)/回ペンギンファーム(北大通3-7-3・2
階)/回週末54時間でアイデアを形にする起業体験イベント/
¥1,000円~6,000円(申込時期により変動)/回https://swku
shiro20260619.peatix.com/回Startup Weekend釧路事務局
(小野寺回080-1881-3539)
- ◆からだに優しい料理教室
6月7日(日)午前9時30分~正午/回コ
アかがやき/回16人/回みそ風味パ
スタ、行者ニンニクと塩麹入り手作りソー
セージ、豆腐入りブラウニー/¥2,000円
/回釧路手前みその会(塚田回46-2065)
- ◆演劇公演「置き去りにされた命 ミケ」
6月13日(土)午後2時~3時30分/回94
6BANYA(錦町2-4MOO 2階)/回60人/
¥大人2,500円、中高生・大学生1,000円、
小学生以下無料/回釧路アイヌ語の会事務
局(井上回090-5395-3476)
- ◆地域食堂「生き生きキッチン(中華丼、中華スープ、デザート)」
6月13日(土)①午前11時30分②午後0時30分/回各25人/回健康
チェック、お菓子販売等/¥大人300円、子ども100円/回釧路
創生会さくらの里(桜ヶ岡回4-14-10高橋回92-2151)
- ◆無料英会話講習会
クルーズ船で訪れた外国人観光客と交流
するために必要な英会話を学びます。
6月7日(日)午後1時30分~3時30分/回
KKSコンベンションセンター(観光国際交流
センター)2階視聴覚室/回高校1年生以上
/回40人/回6月3日(水)までに電話または
メール、ファクスで釧路国際交流の会(回回
65-6712回info@kushiro-vista.com)へ
- ◆春の市民登山会募集
6月28日(日)午前8時/回カムイヌプリ(摩
周岳)/回・解散=摩周湖第一展望台/¥500
円(保険料含む)/回6月24日(水)までに釧路山
岳連盟事務局(斎藤回080-3266-9331)へ
- ◆緊急再就職訓練「PC・Web入門科」受講生募集
訓練期間=7月7日(火)~10月6日(火)/回ハロー
ワーク釧路に求職登録している方等/回15人/¥
教科書代、資格試験代実費/回6月23日(火)までに
ハローワーク釧路(回41-1201)へ/回釧路高等技
術専門学校(回57-8016)、釧路地方職業能力開発
協会(回52-1150)
- ◆ポリテク釧路8月生募集「電気システム科」
訓練期間=8月3日(月)~2027(令和9)年1月29日(金)
/見学会=6月11日(木)、18日(木)、25日(木)/回ハロー
ワーク釧路に求職登録している方等/回20人/回電気
設備工事、ドローン操作、シーケンス制御等の技能お
よび関連知識の習得/¥教科書代実費/回ハローワ
ーク釧路(職業訓練相談窓口回41-1201)/回回ポリテク
センター釧路訓練課(回57-5938)
- ◆社交ダンス無料体験レッスン
6・7月の第2~4土曜日午前10時~/回動きや
すい服装、上靴、タオル、水分等/回回ダンススク
ール場谷(文苑1-59-27場谷回070-5283-2948)

7月号に掲載希望の方は6月3日(水)正午までに内容の分かるものをファクスまたはメールで北日本広告社(回22-0211回25-7791回kouhou946@ad-kitanihon.co.jp)へご連絡ください。