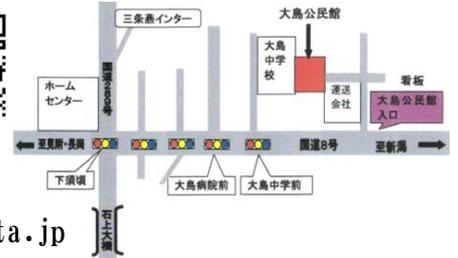


おおじま公民館だより

三条市大島公民館 〒955-0094 三条市大島5002番地

TEL 33-0097 FAX 33-0197 メール ohjimac@city.sanjo.niigata.jp



美術館めぐり 参加者募集

- ◇日時 6月29日(木) 午前9時～午後4時
- ◇行き先 ★新潟県立万代島美術館(新潟市)
「レオナール・フジタとモデルたち」
★新潟市美術館(新潟市)
「北大路魯山人—美・食の巨人—」
- ◇定員 20人(申込順・定員になり次第締め切り)
- ◇交通手段 市役所マイクロバス
- ◇参加費 3,800円(入館料・昼食代)
- ◇申込開始 6月5日(月)から大島公民館へお申込みください。
- ◇主催 大島公民館



～文化や芸術にふれ、見聞を広めましょう～

きっかけの1歩 家庭でつくる笹だんご



【笹だんご】を手作りしませんか。
家庭で作る昔ながらの素朴な味を楽しみましょう！

- 日時：6月26日(月) 午前9時30分～午後4時
※昼食をお持ちください。
- 会場：大島公民館 料理実習室・講義室
- 内容：生地づくり、あんこづくり(こしあん)、包み方、しぼり方など一から手作りする楽しさを体験します。
- 対象者：どなたでも
- 参加費：無料
(お持ち帰りとして1人5個くらい作ります)
- 定員：15人(申込順)
- 講師：大島在住 堀 まさ代さん
- 申込み：6月5日(月)から大島公民館へお申込みください。



主催 大島公民館

男性料理教室 参加者募集中

料理の基礎の基礎から学びます。
旬の食材で基本の食事を作りましょう。



	日程
1	6月13日(火)
2	7月11日(火)
3	9月12日(火)
4	10月17日(火)
5	11月14日(火)
6	12月12日(火)

時間：10:00～13:00
(会食、片づけを含む)

会場：大島公民館 料理実習室・講義室
講師：新潟県栄養士会三条支部
安中 君江さん
対象：大島地区の男性
(定員に満たない場合は地区外も可)
定員：10人(申込順)
受講料：1回 800円(材料費等)
申込み：6月8日(木)まで
主催：大島公民館

申込みはお早目に！



ピラティス体験しませんか？

健康推進員が地域健康教室を開催します～

日頃同じ姿勢で仕事をしている方、肩こりや腰痛でお悩みの方などぜひ、ご参加ください。

- 日時：6月28日(水) 午後7時～8時30分
(受付：午後6時50分～)
- 会場：須頃小学校 須頃っ子ホール
- 講師：健康運動指導士 坂爪 友樹さん
- 持ち物：床に敷くマット(ヨガマット等)または厚手のバスタオル、飲み物、汗拭きタオル
- その他：事前の申込みや参加費は不要です。
- 問合せ：三条市健康づくり課 保健指導係 34-5445(直通)

料理教室のお知らせです

テーマ：～野菜を加えてヘルシー料理～

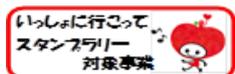
- 日時：6月15日(木) 午前10時～午後1時
- 会場：大島公民館
- 講師：食生活改善推進委員協議会大島中学校区
- メニュー：ごはん、もやし入り肉団子の甘酢あん、オクラと油揚げの和え物、わかめと玉ねぎの味噌汁、ブロッコリーのおひたし
- 対象者：須頃・大島地区住民10人
- 参加費：1人 300円(材料費)
- 申込み：6月9日(金)まで三条市健康づくり課 食育推進室 34-5448(直通)
- 主催：食生活改善推進委員協議会 大島中学校区



6月の講座予定



日程	内容
ときめき成人講座「市外研修～十日町市」	3日(土) 午前8時30分～午後4時30分
フラワーアレンジメント入門教室	7日(水)・21日(水) 午後1時30分～3時
ことぶき学級「地域デビューコンサート」	10日(土) 午後1時～3時30分
くらしの筆ペン入門教室	12日(月)・26日(月) 午後2時～3時30分
男性料理教室①	13日(火) 午前10時～午後1時
きっかけの1歩「畑大好き！収穫祭～枝豆植栽～」	14日(水) 午前9時～11時
初心者パソコン教室「はじめてのエクセル①②」	19日(月)・20日(火) 午後1時30分～4時30分
チャレンジクラブ「ばあちゃん直伝！ふるさとの味」	24日(土) 午前9時30分～午後1時
きっかけの1歩「家庭でつくる笹だんご」	26日(月) 午前9時30分～午後4時
美術館めぐり「新潟市」	29日(木) 午前9時～午後4時



大島公民館の教室、講座、イベント等は対象事業です。