

三条東公民館だより

三条東公民館

〒955-0046

三条市興野1丁目13番70号

Tel 35-1200 Fax 35-1180

E-mail: higashic@city.sanjo.niigata.jp

季節を楽しむ果実酒づくり

プロから季節の食材にまつわるお話を聞きながら、本格的な果実酒を作ってみませんか？当日は、果実シロップの試飲もあります。



日時 6月29日(木) 午後1時30分～3時30分

場所 地域交流施設「わになーわ」

※「わになーわ」には駐車場がありません。

季節を感じながら、ぜひ徒歩で♪

講師 野菜の食卓ベジテーブル オーナー 白鳥 賢さん

対象者 主に東地区の成人 ※定員15人(申込順)

申込み 6月6日(火)から三条東公民館へ



東っ子
ひろば

地図と写真でまちあるき

小学生

お友だちと協力して三条市の楽しい場所を発見しよう♪

日時 7月2日(日) 午前8時30分～11時50分

集合 三条東公民館 午前8時30分集合

行先 まちなかステージえんがわ周辺 ※公民館からバスで移動します
二・七の市×三条マルシェにもおじゃまします♪

講師 新潟県ロゲイング協会 事務局長 藤島 由宇さん

対象者 東地区の小学3～6年生 ※定員20人(申込順)

申込み 6月6日(火)から三条東公民館へ

くわしくは、学校配布のチラシをごらんください。



はじめての陶芸教室

芸術の入門講座として、はじめての陶芸教室を開催します。
世界に一つだけのオリジナル作品を作ってみませんか？

日時・場所 7月から8月まで 全3回

	開催日	時間	場所
第1講	7月17日(月・祝)	午前9時30分～ 11時30分	三条東公民館 会議室
第2講	7月30日(日)		三条東公民館 会議室
第3講	8月20日(日)		中央公民館 3階 工作実習室

- ・カップ&ソーサー
- ・カフェプレート
- ・ピアカップ&つまみ入れ
- ・花器 等

お好きなものを選んで作ります



対象者 主に東地区の成人で全講座に出席できる方
※定員15人(申込順)

講師 三条陶遊会 会長 丸山 正夫さん

受講料 1,000円 (材料費として第1講に徴収)

申込み 6月14日(水)から三条東公民館へ

申込受付は6月7日(水) 午前9時から 三条東公民館へ

市民総合大学【前期】受講生募集

前期は6講座開催！新しい「学び」にチャレンジしませんか？

楽しく詠もう！初めての現代川柳

現代川柳を学んで、作品を和紙に表現しよう！

開催日：7/1・15・29・ 8/12・26・ 9/9・23・ 10/14 土曜日（全8回）

時間：午後1時30分～3時30分

講師：現代川柳「かもめ舎」会員 坂井 隆さん

定員：先着10人 教材費：2,200円（教本・和紙代ほか）※初回に徴収させていただきます。



自分史入門講座

書き方を学んで、自分史を完成させよう！

開催日：7月～10月 第1・3 水曜日（全8回） 時間：午後1時30分～3時30分

講師：エッセイスト 岩淵 一也さん

定員：先着15人

教材費：1,000円（原稿用紙・コピー代）※初回に徴収させていただきます。



けん玉で1級を目指そう！

けん玉を学んで、日本けん玉協会の認定試験に挑戦しよう！

開催日：7/10・24・ 8/21・ 9/4・19・ 10/2 月曜日〈※ 9/19のみ火曜日〉（全6回）

時間：午後1時30分～3時30分

講師：三条市グリーンスポーツセンター長 鳥羽 和明さん 定員：先着15人

その他：認定けん玉はお貸しします。（希望者は認定けん玉の購入もできます。1,800円）



体の不調改善！足のお話&簡単足もみ講座

セルフリフレクソロジーの方法を学ぼう！

開催日：7/4・18・ 8/1・22・ 9/12・26 火曜日（全6回） 時間：午後7時30分～9時

講師：国際若石健康法認定プロリフレクソロジスト 藤井 美優紀さん

定員：先着10人 教材費：200円（足もみ棒・クリーム代）※初回に徴収させていただきます。

純銀粘土で作るシルバーアクセサリ

ペンダントトップ・リング・自主制作を楽しもう！

開催日：8/25・ 9/8・22・ 10/6・20 金曜日（全5回） 時間：午後7時30分～9時30分

講師：日本貴金属粘土協会会員 枝村 佐門さん 定員：先着10人

材料費：5,600円程度（ペンダントトップ・リング 各1,800円 自主制作 2,000円程度(実費)）

スロースローストレッチ

ウェーブストレッチリングで体のコリをほぐそう！

開催日：8/29・ 9/12・26・ 10/17・31・ 11/7・21・ 12/5 火曜日（全8回）

時間：午後1時30分～2時30分

講師：ウェーブストレッチ認定インストラクター 堀江 伊織さん

定員：先着15人 その他：ウェーブストレッチリングはお貸しします。



☆講座のお申し込みについて… 東公民館に純銀粘土の見本があります →

対象：主に20歳以上の市民

問合せ：三条東公民館へ

講座の詳細は、公民館に設置してあるチラシをご覧ください。