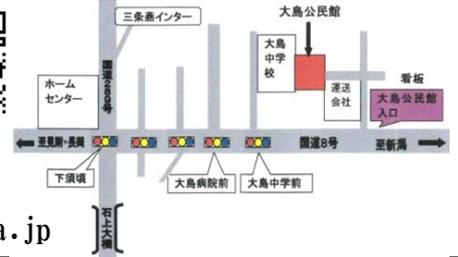


おおじま公民館だより

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



ときめき成人講座

主催 大島公民館

| 回 | 日時 | テーマ・内容 | 講師 | 参加費 |
|---|--------------------------|--|----------------------------|--------|
| 1 | 5月19日(土) 13:20~15:30 | 「開講式」・「大人も楽しいグリム童話」 グリム童話の楽しみ方を学びます。 | JPIC 読書アドバイザー 倉品 章さん | — |
| 2 | 6月2日(土) 13:30~15:30 | 「簡単!地肌&ヘアケア」 自分で出来る簡単な地肌とヘアケアを学びます。 | スタイリスト 五十嵐 佳奈さん | — |
| 3 | 7月21日(土) 10:00~13:00 | 「健康づくりのための食生活」 健康的な食生活を調理実習により学びます。 | 健康づくり課 食育推進室職員 | 800円 |
| 4 | 8月25日(土) 13:30~15:30 | 「陶芸体験①」 食器や花器など作りたいものを制作します。出来上がった作品は大島地区文化祭に出品します。 | 三条陶遊会 会長 丸山 正夫さん | 1,000円 |
| 5 | 9月15日(土) 13:30~15:30 | 「陶芸体験②」 作品の仕上げをします。 | | — |
| 6 | 10月20日(土) 13:30~15:30 | 「フラダンスに魅せられて~好きなことに夢中になれるシアワセ~」 フラダンスの講話と実技を学びます。 | フラスタジオ ラウレア 主宰 長谷川由里子さん | — |
| 7 | 11月24日(土) 13:30~15:30 | 「アロマでかぜ予防・香りのインテリア ~オレンジポマンダー作り~」 アロマの作品制作を行います。 | アロマインストラクター 木下 和美さん | 800円 |
| 8 | 12月1日(土) 10:00~13:00 | 「おもてなし料理」・「閉講式」 年末年始のおもてなし料理を学びます。 | 新潟県栄養士会三条支部 所属派遣栄養士 | 1,000円 |

- 会場 大島公民館
- 対象者 大島地区在住、在勤の成人で全回受講可能な方（定員に満たない場合は地区外も可）
- 定員 16人（申込順）
- 参加費 内容によってその都度実費(材料費)がかかります。



主催 大島公民館



ことぶき学級

①脳トレいきいきウォーキング

歩き方の基礎や健康維持の方法などを学びます。
5月17日(木) 13:30~15:30
講師:石附 ヒロ子さん

②地域デビューコンサート

中央公民館へ出向き、チェロコンサートに参加します。
6月23日(土) 13:30~15:30
講師:チェリスト 水谷川 優子さん

③ゆるゆる太極拳

体にやさしい、ゆるゆる太極拳を学び、健康を促進します。
7月19日(木) 13:30~15:30
講師:楊名時八段錦太極拳師範 藤田 修子さん

④腸内健康うんちくんのウンチク

腸の不調を改善し、腸内を健康に保つ秘訣を学びます。
8月29日(水) 13:30~15:30
講師:健康管理士一般指導員 小林 義明さん

⑤やってみよって、陶芸

皿やマグカップを作ります。出来上がった作品は大島地区文化祭に出品します。
9月20日(木) 13:30~16:00
随行:三条陶遊会会長 丸山 正夫さん

⑥減塩で目指せ!健康体

地元の食材を使い、体にやさしい献立を取り入れ、会食をします。
10月18日(木) 10:00~13:00
講師:食生活改善推進委員大島中学校区

⑦おおじまシネマ/スタルジー

甘酒を飲みながら昔懐かしの映画を見て楽しみましょう。
11月22日(木) 13:30~15:30
講師:公民館職員

⑧エノケン終活唄めぐり

公開講座でうたごえ喫茶や終活の話を楽しみます。その後は懇親会を行います。
12月20日(木) 10:00~13:00
講師:元浅草芸人 縁竹縄さん

▼会場:大島公民館(第2回を除く)
▼対象者:60歳以上の大島地区住民 25人(申込順)
▼参加費:初回到500円(お茶代など) 5、6、8回は別途参加費がかかります

~両講座のお申込みは4月3日(火)から大島公民館へお申し込みください~

大島公民館 入門講座

～公民館で新しいこと、はじめませんか～

くらしの筆ペン入門教室

名前から学び、日常に必要なのし袋がきれいに書けるよう学びます。



- ◆日 時 5月から平成31年1月まで
第2・4月曜日午後2時から3時30分まで
- ◆会 場 大島公民館 大集会室
- ◆定 員 15人(申込順)
- ◆受講料 月額1,000円(教材別)
- ◆講 師 日本書道教育学会師範 鈴木 雪泉さん
- ◇申込み 4月9日(月)から大島公民館へ電話でお申込みください。

フラワーアレンジメント入門教室

花のある生活のアレンジメントを学びます。



- ◆日 時 5月から平成31年1月まで
第1・3水曜日 午後1時30分から3時まで
- ◆会 場 大島公民館 大集会室
- ◆定 員 15人(申込順)
- ◆受講料 月額1,000円(花代別)
- ◆講 師 日本フラワーデザイナー協会公認講師
丸山 春江さん
- ◇申込み 4月9日(月)から大島公民館へ電話でお申込みください。

やさしい体験講座「はじめてのパンづくり」

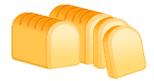


～特別な器具がなくてもできるパンの作り方を覚えましょう～

■日 時：5月～6月(全3回) 火曜日 午前9時～午後1時まで

| | | |
|---|--------|---------------------------|
| 1 | 5月 8日 | 豆乳パン・ロールケーキ・ミネストローネ |
| 2 | 5月 29日 | バターロール・マーラカオ(蒸しパン)・コーンスープ |
| 3 | 6月 26日 | ベーコンエピ・カレーパン |

- 会 場：大島公民館 料理実習室 ■講 師：パン作り愛好家 高桑 紀美江さん
- 対 象 者：大島地区住民の方(定員に満たない場合は地区外も可)
- 定 員：8人(申込順) ※原則3回とも出席可能な方
- 受 講 料：3,000円(3回分の材料費) 初回に徴収
- 申 込 み：4月3日(火)から大島公民館へ



きっかけの1歩

「畑大好き！収穫祭」



～年間を通して、農作業を行います。
収穫時には大収穫祭を行います～

- ◆日時 初回 4月17日(火)
※その後は未定
- ◆時間 午前9時から11時まで
※その後「茶話会」があります
- ◆会場 大島公民館裏畑
- ◆定員 15人(申込順)
- ◆参加費 無料
- ◇申込み 4月13日(金)まで



きっかけの1歩

「癒しの空間 花ごよみ&こけ玉づくり」

～自宅の草花を持ち寄って生けて
こけ玉を作ります～

- ◆日時 4月23日(月)
- ◆時間 午前9時30分から
11時30分まで
※その後「茶話会」があります
- ◆会場 大島公民館 大集会室
- ◆定員 15人(申込順)
- ◆参加費 無料
- ◇申込み 4月20日(金)まで



子どもの遊び場

小学生を対象に平日の放課後(午後3時から5時)大島公民館の空部屋を「子どもの遊び場」として開放します。卓球台も用意しています。ルールを守って、みなさんと楽しく遊みましょう。



三条市立図書館から自動車文庫のお知らせ



自動車文庫「ひまわり号」が図書館から遠い地区のみなさんに本をお届けします。

| 場 所 | 期 日 | 時 間 | 場 所 | 期 日 | 時 間 |
|-------|---------|-------|-------|---------|-------|
| 大島小学校 | 第1・3水曜日 | 13:00 | 須頃小学校 | 第2・4火曜日 | 13:10 |
| 大島病院 | 第1・3金曜日 | 15:20 | 須頃保育所 | 第2・4月曜日 | 10:30 |

- 利用方法 図書館利用カードを持参ください。初めて借りる方は、免許証・保険証など住所、氏名を確認できるものを持参ください。
- 貸出冊数 1人10冊まで ●貸出期間 次回訪問日まで
- 問合せ先 三条市立図書館 (TEL.32-0657)



予告

6月から開催予定の「チャレンジクラブ」の詳細は、5月10日までお知らせします。皆さんのご参加お待ちしています。

