

下田公民館だより

# こもれび

№193

2021年6月1日号  
三条市下田公民館  
〒955-0151  
三条市荻堀 1144 番地 1  
TEL 46-5911 FAX 46-5060  
メール [shitadac@city.sanjo.niigata.jp](mailto:shitadac@city.sanjo.niigata.jp)



※ 記載の事業について、新型コロナウイルス感染症の状況によっては延期、中止又は内容を変更する場合があります。

## いきいき健康塾

### 「暑さに負けない体を作る！夏のゆる薬膳スープ」

健康寿命を延ばすためのいきいき健康塾！今回は、旬の食材を活かした薬膳スープの作り方を学びます。熱中症予防や体力回復、冷房で冷えた体をあたためるにも最適です。

日時：令和3年7月28日(水)10:00~13:00

会場：下田保健センター 調理室

講師：食育インストラクター 青山 珠江さん

対象：下田地区の成人(定員に余裕がある場合は地区外の方も可)

定員：10人(定員を超えた場合は抽選)

参加費：600円(材料費)

申込み：6月3日(木)~下田公民館にお申込みください。



## 生活講座



### 「簡単！スマホ入門教室」

一人一台は持っているスマホについて、詳しく学びましょう。知らない機能や使いこなせていないアプリなどを知り、スマホをもっと楽しみましょう。

日時：令和3年7月6日(火)、8日(木)10:00~12:00

会場：下田公民館 多目的ホール

講師：パソコン技能者 田村 栄一さん

対象者：下田地区の成人(定員に余裕がある場合は地区外も可)

定員：10人(定員を超えた場合は抽選)

参加費：無料

申込み：6月3日(木)~下田公民館にお申込みください。



# 受講生の方へ お知らせ

## 女性セミナー 第2回

### 「お家で本格中華！点心に挑戦」

第2回の女性セミナーは、小籠包などの本格点心をご家庭で簡単に作る方法を学びます。お店に行かなくても大丈夫！お家で中華料理屋の味を！

- 日時 6月18日(金)  
午前9時30分～12時30分
- 会場 下田保健センター 調理室
- 講師 新潟県栄養士会三条支部 派遣講師



## もろはし大学 第2回

### 「諸橋轍次記念館へ見学」

第2回のもろはし大学は諸橋轍次記念館へ見学に行きます。諸橋轍次先生について学びましょう。

- 日時 6月17日(木)  
午後1時30分～3時(現地集合)
- 会場 諸橋轍次記念館

## 下田公民館だより「こもれび」配布終了

長い間、広報さんじょう毎月1日号に折り込みをしておりました【下田公民館だより「こもれび」】ですが、8月号をもちまして折り込み配布終了となります。

9月号からは、下記の施設にて配布しておりますのでお立ち寄りください。

設置場所：三条市内公民館、かんきょう庵、セカンドライフ応援ステーション

### ★図書館下田分館 新着本紹介★

題名	著者	出版社	題名	著者	出版社
日華ミステリーアンソロジー	島田 荘司	講談社	万葉集の基礎知識	上野 誠//編	KADOKAWA
百合中毒	井上 荒野	集英社	結婚という物語	タリ・ジョンズ	ハーバークリズ・ジャパン
田舎のポルシェ	篠田 節子	文藝春秋	四季 dancyu 春のキッチン	—	プレジデント社
白鳥とコウモリ	東野 圭吾	幻冬舎	うつ・適応障害・双極性障害	—	文響社
その落とし物は誰かの形見かもしれない	せきしろ	集英社	健康食品・サプリメント知りたいことガイドブック	畝山 智香子 [ほか]	中央法規出版

### ★おはなしたまてぼこ★

日時：6月5日(土) 午後1時30分～

会場：下田公民館(図書館下田分館)1階 おはなしの部屋

### ★図書館下田分館6月の特集本★

一般：「快適おうち生活」雨の季節も楽しくすごせる本をご紹介します！

児童：「グリーン」植物・カエルなど、いろいろな「グリーン」の本を選びました！



### 6月の教室・講座予定

日	曜	内 容	日	曜	内 容
4	金	篠笛入門教室 9:30～	16	水	きっかけの1歩「出張！ただ映画館」14:00～
9	水	アーティフィシャルフラワー入門教室 9:30～	17	木	もろはし大学 13:30～
11	金	きっかけの1歩「出張！ただ映画館」10:00～	18	金	女性セミナー 9:30～
		暮らしに役立つ筆ペン教室 14:00～	25	金	暮らしに役立つ筆ペン教室 14:00～

※この公民館だよりが用済みとなりましたら、古紙収集日に出してください。

