

らんなん 第180号 公民館だより

三条市嵐南公民館
 三条市南四日町二丁目10番3号
 ☎35-2011 Fax31-1106
 メール rannanc@city.sanjo.niigata.jp



さわやか大学

主催：嵐南公民館

回	日時	学習テーマ	講師
1	5月28日(木) 9:30~11:30	開講式・ キャッシュレス決済について	パソコン技能者 田村栄一さん
2	6月25日(木) 10:00~11:30	三条市の日本遺産 ～縄文文化の火焰型土器を楽しく学ぶ～	三条市生涯学習課職員
3	7月30日(木) 10:00~11:30	自分も相手も大切に！ ～ストレス知らずに毎日を過ごす方法～	はっぴーズ コミュ 代表 土田 陽子さん
4	8月27日(木) 10:00~11:30	火事・地震、いざというとき大丈夫？	三条市消防署職員
5	9月24日(木) 10:00~11:30	脳の疾患について	三之町病院医師
6	10月15日(木) 10:00~11:30	だまされないで！悪質商法・特殊詐欺	消費者生活サポーターグループ チームガッテン
7	11月19日(木) 10:00~11:30	石川雲蝶と三条	新潟県民俗学会 理事 高橋郁丸さん
8	12月24日(木) 10:00~11:30 11:45~13:00	もっと好きになる！ 日本歌曲の世界・閉講式 懇親会	藤原歌劇団所属 声楽家 永桶康子さん ピアニスト 佐藤瑠美さん

会場：嵐南公民館 対象者：おおむね60歳以上の方 定員：50人(応募多数の場合は抽選)
 参加費：無料(第8回の懇親会費は実費)
 申込み：4月8日(水)から22日(水)に、嵐南公民館(35-2011)へお申し込みください。



ひまわり専科

主催：嵐南公民館

回	日時	学習テーマ	講師	参加費
1	5月19日(火) 13:45~15:00	開講式・ からだ健康・ピラティス体験	パーソナルトレーナー・ カイロプラクター 坂爪友樹さん	無料
2	6月16日(火) 13:30~14:30	三条市ホストタウン受け入れ国・ コソボ共和国を知ろう！	三条市政策推進課職員	無料
3	7月21日(火) 13:30~16:00	輝く☆蒔絵のペアお椀作り	蒔絵師 春日美雪さん	1,500円
4	8月18日(火) 13:30~15:00	体幹を鍛えよう♪ 気楽に太極拳体験	三条太極拳協会 指導員 吉田信子さん	無料
5	9月15日(火) 13:30~15:00	怒りの感情をコントロール！ アンガーマネジメント	Assistation 代表 立松有美さん	無料
6	10月6日(火) 10:00~13:00	ふかふかこんがり・ 美味しいパン作り教室	栄養士会派遣講師	1,000円
7	11月17日(火) 13:30~15:30	キラキラレジンで 素敵なオリジナルアクセを	レジンアクセサリーSophia 五十嵐優子さん	1,000円 か 1,200円
8	12月15日(火) 10:30~11:30 11:45~13:00	八丁紙体験～来年の干支飾りを 作りましょう・閉講式 懇親会	分水切り絵村の皆さん	500円 (懇親会費 は実費)

会場：第6回のみソレイユ三条、その他は嵐南公民館
 対象者：成人女性 定員：20人(応募多数の場合は抽選)
 申込み：4月8日(水)から5月8日(金)に、嵐南公民館(35-2011)へお申し込みください。



嵐南公民館主催

令和2年度 新しい入門教室が始まります！

民謡入門教室

開催日：令和2年6月～12月まで
 毎月 第1・3金曜日(全14回)
 時間：10:00～11:30
 会場：嵐南公民館 大会議室
 講師：一般財団法人日本郷土民謡協会 名誉教授
 公益財団法人日本民謡協会 民謡・三味線教授
 小林よしえさん
 対象者：どなたでも
 定員：15人(応募多数の場合は抽選)
 受講料：月額 1,000円



ゆるっとヨガ入門

開催日：令和2年6月～12月まで
 毎月 第2・4火曜日(全14回)
 時間：13:30～14:30
 会場：嵐南公民館 和室1
 講師：ヨガインストラクター
 原山理津さん
 対象者：どなたでも
 持ち物：ヨガマット
 定員：15人(応募多数の場合は抽選)
 受講料：月額 500円



申込み：4月6日(月)から4月24日(金)までに嵐南公民館(35-2011)にお申し込みください。

きっかけの1歩

わいわいラジオ体操



◆開催日時 令和2年4月から令和3年3月
 土日・祝日・年末年始を除く 毎朝8:35～8:45
 ◆会場 嵐南公民館 ロビー
 ◆対象者 どなたでも ◆参加費 無料

主催：嵐南公民館



令和2年度 自動車文庫訪問のお知らせ

自動車文庫「ひまわり号」が、図書館から離れた地区の皆さんに本を届けます。

4月から訪問します！

訪問場所		訪問日	訪問時間
曲淵3丁目	ケアハウスサンホーム	第2・4月曜日	14:00
曲淵1丁目	曲淵市営住宅		14:50

- 利用方法…図書館利用カードを御持参ください。
 *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御持参ください。
- 貸出冊数…1人10冊まで ●貸出期間…次回訪問日まで
 *訪問日が祝日、図書館の休館日にあたる場合はお休みです。
 *都合により、訪問日の変更や休むことがあります。
 訪問日につきましては図書館(32-0657)へお問い合わせください。

ひまわり号



卓球!



主催：嵐南公民館

参加無料、申込不要です。ラケットの貸出しもあります。みんなでいい汗を流しましょう。お気軽にお越しください。

- 4月の開催日
 9日(木)・16日(木)・30日(木)
 13:00～16:00
- 会場 嵐南公民館 大集会室

三条市立図書館 嵐南分室の休館日

4月20日(月)
・30日(木)

※なお、学習室として利用できます。

