

下田公民館だより 令和8年4月1日号

こもれび No.251

三条市下田公民館 〒955-0151 三条市荻堀 1144 番地1
電話 46-5911 FAX 46-5060
メール shitadac@city.sanjo.niigata.jp



三条市公式 LINE

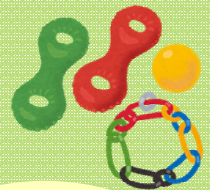
今月の各公民館だより



楽しい3B 体操入門教室

健康こそすべての出発点！

体幹を鍛え、免疫力を上げる【3B 体操】をはじめませんか。
様々な音楽に合わせた遊びの要素を取り入れた楽しい体操です。



【期 間】 5月～12月 毎月第4金曜日

【時 間】 10:00 から 11:30 まで

【定 員】 10 人

【講 師】 日本3B 体操公認指導者 石田 三枝子さん

【受講料】 月額 500 円

3B 体操とは、、、
3つのB(ボール、ベル、
ベルター)を使い、楽しく運
動するリズム体操です！

目指せ！健康寿命！！

下田公民館ギャラリー



年間展示予定

■ 下田公民館のギャラリー展示の
年間予定です。
各団体 サークルの力作をぜひ
ご覧おいてください。 ■

展示期間は各月の午後3時まで
展示しています。



月	展示内容
4月	栗山書道会（書道）
5月	手芸サークル（手芸）
6月	書道を楽しむ会(夜)（書道）
7月	フォトクラブしただ（写真）
8月	下田書道教室（書道）
9月	絵画教室（洋画）
10月	ししゃもの会（パッチワーク）
11月	書道を楽しむ会(昼)（書道）
12月	ひめさゆり会（書道）
1月	絵画教室（洋画）
2月	フォトクラブしただ（写真）
3月	一般公募

きっかけの1歩

下田公民館では、各集落センターでの出張事業を行っています。健康体操、歌謡ショーなど様々な内容です。自治会、老人会、いきいきサロン、その他気軽な集まりでもお申込みいただけます。ぜひお問い合わせください。

メニュー ※各メニューの申込み・問い合わせ先は 下田公民館(電話:46-5911)までどうぞ

- ①出張！しただ映画館 心に残る名作や大爆笑できるDVDなど各種取り揃えております。作品についてのお問い合わせもぜひどうぞ！
- ②体にやさしい健康体操 無理なく、体をほぐして健康増進を図りましょう。
- ③下田で昭和の名曲歌謡ショー 地元坂井進さんによる昭和の名曲歌謡ショーです。
- ④大正琴演奏会 懐かしい童謡や唱歌を奏でる大正琴の音色を楽しみます。



※このほか、「毎日元気！ラジオ体操」は下田公民館 多目的ホールで平日毎日開催しています！

● 下田の学び場 好評開放中 ●



今年度も公民館の一室を無料開放します。静かな一室で勉強やお仕事しませんか。ルールを守ってご利用ください。

◆時 間：9:00 から 22:00 まで ◆ところ：2階 会議室

～部屋の空き状況によりご利用いただけない場合があります～



～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
モンスターシューター	新堂 冬樹	中央公論社	幽霊写真展	赤川 次郎	文藝春秋
なりたい自分になる！100の新習慣		日経 BP	60代がやってはいけない運動図鑑	石部 伸之	三オブックス
まじめってわるいの？	エミリア アンダーソン	文芸社	素晴らしきレトロケーキの世界	中田 ぶう	光文社
豊臣秀長「補佐役」最強の流儀	加来 耕三	ビジネス社	仕事と人生に効く教養としての囲碁入門	大沢 摩耶	PHP 研究所
魚へん漢字おいしい解体新書	魚偏漢字研究所	幻冬舎コミックス	どうして君はクワガタじゃないの？	清水 将吾	汐文社

★図書館下田分館 4月の特集本★

一般「しっかり食べよう朝ごはん」新年度、忙しくても朝ごはんをしっかり食べたいような本を紹介。
児童「どうぶつ大集合！」身近な動物から珍しい動物まで、いろいろな動物が登場する本を集めました。



～自動車文庫 訪問します！～

訪問場所	期日	時間
長沢小学校	第1・3水曜日	午後1時
大浦小学校		午後2時30分
飯田小学校	第2・4木曜日	午後12時50分
笹岡小学校	第1・3火曜日	午後1時05分
森町小学校		午後2時00分

- ・貸出冊数…1人10冊まで 貸出期間…次回訪問日まで
- ・訪問時間は、前の訪問場所の利用状況により前後することがありますのでご了承ください。
- ・春、夏休み期間及び祝日、学校行事の日はお休みです。
- ・問合せ先 図書館本館 Tel 32-0657

