

下田公民館だより 令和8年6月1日号

こもれび No.253

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



参加者
募集中

もろはし大学

シニア向けのシリーズ教室です。
月に1度みなさんと仲良く活動
しませんか。

No.	開催日時	内容	講師等
1	6月25日(木) 13:30~15:00	～開講式～ 「ただ郷のいしぶみ」	いしぶみマイスター 坂内 秀之 さん
2	7月23日(木) 13:30~15:00	ゆる～い体操 「ひざ痛軽減体操」	健康運動実践指導者 葛綿 明美 さん
3	8月27日(木) 13:30~15:00	ボランティア体験 「手話に挑戦」	三条市社会福祉協議会 出前講座
4	9月24日(木) 13:30~15:30	「森のキノコづくり」 ※作品は下田文化祭に展示	手芸作家 飛岡 佐江子 さん
5	10月29日(木) 9:15~15:30	市外研修 バスに乗って出かけましょう！	公民館職員引率
6	11月26日(木) 13:30~15:00	～閉講式～ 【公開講座】「三線演奏会」	三線奏者 きよ里 さん

ところ：下田公民館 多目的ホール（5 講は市外）

対 象：下田地区の 60 歳以上（定員に満たない場合は地区外も可）

受講料：無料（材料費等実費）

定 員：15 人（応募多数の場合は抽選）

申込み：6月1日(月)から 15日(月)まで下田公民館へ



受講料
無料

～市民ゼミ～

はじめてのフラダンス

7月17日・7月31日・8月7日・8月21日 <全4回>

いずれも金曜日 10:00~11:00

- 会 場：下田公民館 多目的ホール
- 講 師：フラスタジオラウレア 小出 奈穂 さん
- 対 象：三条市民（定員に満たない場合は市外も可）
- 定 員：10 人（応募多数の場合は抽選）
- 受講料：無料
- 申込み：6月26日(金)までに下田公民館へ

初心者対象です。姿勢矯正や体のバランスを整える効果が期待できます。癒しの効果大！

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
どっちもある名言集	ペズル	ライツ社	森のバカンス	小川 糸	幻冬舎
面白すぎる地理の話	瀧波 一誠	産業編集センター	たけのこのびの一び	すとう あさえ	ほるぷ出版
現代湯治のススメ	日本温泉科学会	淡交社	ぼけていく私	佐藤 愛子	文藝春秋
カウンセリングってなにをするの？	細川 貂々	創元社	赤白帽のなぞ	七江 亜紀	東京書店
三谷幸喜のありふれた生活 19	三谷 幸喜	朝日新聞出版	ようかいむらのアイスクリームやさん	たかい よしかず	国土社

★図書館下田分館 6月の特集本★

◆一般:カラダメンテナンス

ジメジメして体調を崩しがちな季節に身体を整えるためのヒントを紹介します。

◆児童:おいしい本

6月は「食育月間」。おいしい本で食べることについて考えてみましょう。



学習室 開放しています

公民館の一室を無料開放します。
静かな一室で勉強しませんか。

・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。

◆時 間：9:00～22:00

◆ところ：2階 会議室



ご注意

ペットボトル以外は
捨てないでください！



最近、屋外にあるペットボトル回収ボックスに洗剤の容器、ビン、缶が大量に不法投棄され、困っております。ペットボトル回収ボックスは「ペットボトルのみ」回収となります。

それ以外は捨てないようお願いします。
ルールを守ってご利用ください。



傘の取り違えに ご注意ください



いつも下田公民館をご利用いただきありがとうございます。
ございます。

最近、傘の取り違えが多く発生しております。
ご来館の際にお持ちになった傘はお帰りの際に
確認をお願いいたします。

～きっかけの1歩～ 毎日元気！ラジオ体操



平日の朝、ラジオ体操を行っています。
自由参加ですのでどなたでもお気軽に
おいでください。

◆時間：9:00～

◆会場：多目的ホール



～みんなで仲良く、体力づくり～

～6月の教室・講座予定～

日	曜	内 容	日	曜	内 容
3	水	小筆書道教室開講式 14:00～	25	木	もろはし大学開講式「ただ郷のいしぶみ」13:30～
17	水	小筆書道教室② 14:00～	26	金	3B体操入門教室② 10:00～
18	木	女性セミナー開講式「関節改善運動」9:30～			

