

三条東公民館だより

三条東公民館

〒955-0046

三条市興野1丁目13番70号

Tel:0256-35-1200 Fax:0256-35-1180

E-mail:higashic@city.sanjo.niigata.jp

きっかけの1歩 光庭 de プチ・ファーム

参加費無料

三条東公民館の光庭と駐車場裏の小さな畑を利用して、一緒に野菜や花を育ててみませんか。

日時：(初回) 4月25日(木) 9:30~11:30
(2回目以降) 5月16日、6月20日、7月18日、
9月12日、10月10日
10月まで毎月1回木曜日(8月を除く)

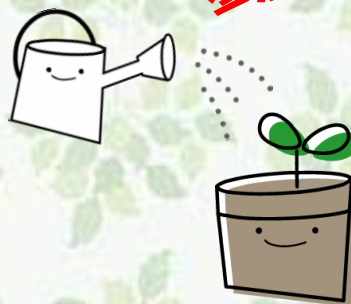
場所：三条東公民館 光庭・畑

内容：畑やプランターへ苗の植え付け・草取り・
グリーンカーテンの手入れなど

対象：どなたでも

定員：15人(申込順)

申込み：4月4日(木)から三条東公民館へ



昨年度の「光庭 de プチ・ファーム」の様子



きっかけの1歩 ハーモニカで唄う、春夏秋冬

ココロ踊る春がやってきました!

ハーモニカの哀愁のメロディーに合わせて、一緒に春の歌を口ずさんでみませんか。

「はる」

日時：4月17日(水) 14:00~15:00

会場：三条東公民館 多目的ホール2

**参加費無料
申込不要**

ハーモニカの達人!
佐藤 昇さんの伴奏で

- ・早春賦
- ・春の小川
- ・ああ上野駅

などを歌います♪



茶話会もあります。
お友達を誘って
どなたでもご参加ください!

今後・・・

「なつ」 7月17日(水)

「あき」 10月16日(水)

「ふゆ」 1月15日(水) 開催予定です。

今年度も三条東公民館では、誰でも気軽に参加できるきっかけの1歩事業を企画しています。開催については「広報さんじょう」や「公民館だより」で随時お知らせします。皆様の積極的なご参加をお待ちしています。





三条東公民館からのお知らせ

皆様のご要望にお応えし、**三条東公民館定期活動サークル一覧表**を作成しました。
三条東公民館にて、詳細な一覧表を掲示・配布しています。ぜひご利用ください♪



現在、会員を募集しているサークルを掲載します。

(平成 31 年 3 月現在)

サークル名	主な活動日	時 間	内 容		
三条いーすとくわいあ	第 1・3	月	13:45~15:15	ゴスペル	
エコクラフト倶楽部 すみれの会	第 2・4		13:30~16:30	エコクラフト	
美もじ	第 1・3		14:00~16:00	小筆書道	
なんだって体操(脳活)	月 1 回	火	10:30~11:30	脳活	
なかよしギタークラブ	第 1・3		13:30~16:30	クラシックギター 【会場:わにな~れ】	
筆ペンサークル 遊の会	第 1・3		14:00~16:00	筆ペン書道	
パステルアートサークル	第 2		19:30~21:30	パステルアート	
まったりヨガ	毎週		19:00~20:20	ヨガ	
あじさいコーラス	月 2、3 回		19:30~21:45	混声合唱	
生命の貯蓄体操三条(午前)	毎週		水	9:30~11:30	健康体操
リフレッシュヨガ	第 2・4	10:30~11:40		ヨガ	
フラワーサークル秋桜	毎週	10:30~12:00		フラワーアレンジメント	
俺たちの健康教室	第 2・4	13:30~14:30		健康体操(男性限定)	
FTP ピラティスクラブ三条	毎週	19:00~20:30		ピラティス	
mocoro 似顔絵クラブ	第 1	19:00~21:00		似顔絵	
生命の貯蓄体操三条(夜)	毎週	19:00~21:00		健康体操	
骨盤ストレッチ	第 2・4	木		10:00~11:00	ヨガ
アートのチカラ	第 3			10:00~12:00 13:30~15:30	臨床美術 【会場:わにな~れ】
レインボーコーラス	第 2・4			13:30~15:00	コーラス
小筆の会	第 1・3		19:00~21:00	小筆書道	
生命の貯蓄体操普及会 長岡支部三条教室	毎週	金	10:00~12:00	健康体操	
楽音	第 2・4		10:30~11:30	ピアノ	
生け花サークル(池坊)	第 1		13:30~14:30	生け花	
リラックス月ヨガ	第 1・3・5		19:00~20:10	ヨガ	
オカリナ・リズムー	第 1・3		19:30~20:30	オカリナ	
オカリナサークル イーストグース	第 2・4		19:30~21:00	オカリナ	
ゆらぎ体操サークル	毎週		20:30~21:45 又は 20:00~21:15	健康体操	
つくし会	第 3	土	10:00~12:00	折り紙	
フラワーデザインサークル はな舞	第 2		14:00~16:00	フラワーアレンジメント	

☆ 施設の利用状況によって、曜日・時間・会場が変わる場合があります。見学の際は受付窓口にて活動日をお確かめください。申込みは、各サークル担当者まで。

☆ 会費・材料費等が別途必要です。詳しくは、一覧表をご覧ください。



☆ 公民館の講座のお申込みは、窓口のほか、電話(0256-35-1200)、FAX(0256-35-1180)、及びメール(higashic@city.sanjo.niigata.jp)にて受付します。ご不明な点もお気軽にお問合せください。