

令和元年6月号(第111号)

三条東公民館だより

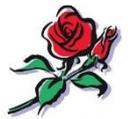
三条東公民館

〒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



市民ゼミ 受講生募集



講座の申し込みについて

対象：主に20歳以上の市民

受付開始：6月6日(木)～

受付・問合せ：三条東公民館

初心者向け花束植えギャザリング教室

開催日：7/4 9/5 10/3 第1木曜日(全3回)

時間：13:30～15:00

講師：プロギャザリスト 水野 智子さん

内容：「プランツギャザリング®」の園芸手法を学びます。

花草苗の根を下処理して根付きの花束を組んでから植え込む手法です。

定員：10人

材料費：
1回 3,000円



私にもできる?!テレワークで働くための基礎講座

開催日：7/11・25 9/12・26 10/10・24 木曜日(全6回)

時間：10:30～11:30

講師：テレワークコンサルタント 石本 史子さん

対象：パソコンを持っている、または購入予定の方

内容：在宅テレワーカーになることで、場所と時間にとらわれない働き方を実現するための基礎講座です。

・テレワーク/リモートワークとは? ・どんなスキル(技術)が必要なの?
・在宅で仕事を請け負う際に必要な事務の基礎知識 など

定員：10人

受講料：無料

初級かぎ針編み教室

定員：8人

材料費：ベスト用毛糸実費(4,500円～)

開催日：7/11 8/8 9/12 10/10 11/14 12/12 1/9 2/13 第2木曜日(全8回)

時間：13:30～15:30

講師：日本手芸普及協会編物師範 佐野 順子さん

対象：はじめて編み物をされる方、自己流で編めるが基本を学びたい方

内容：かぎ針編みを基本から学び、ベストを製作します。

ふわふわ粘土で作る創作ちりめん細工

定員：15人

開催日：7/12・26 8/9・23 9/13・27

10/11・25 第2・4金曜日(全8回)

時間：10:00～12:00

講師：創作手芸愛好家 飛岡 佐江子さん

内容：ふわふわ粘土等で型を作り、固めて縮緬を貼り合わせた人形等を製作します。(ぶどう・かぼちゃと干支ねずみ・おかめひょっとこ・雪うさぎ等)

材料費：
月1,000円



下田地域の植物の名前を覚えよう

定員：20人

受講料：無料

開催日：【現地調査】7/23 10/29

時間：9:00～15:00

火曜日

【講義】8/20 9/24 11/19 時間：19:00～20:30

(全5回)

講師：植物観察愛好家 上石 貞夫さん

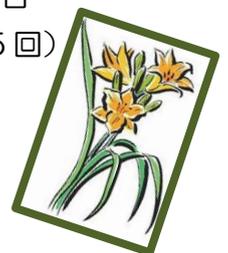
内容：下田地域に生える植物を、現地観察と標本を見ながら覚えましょう。

①【現地調査】下田丘陵地周辺で夏の植物相

②③植物の器官を調べて名前を覚えよう

④【現地調査】八十里越道の観察 秋の植物 (平野部と違った植物相)

⑤植物に親しみを感じて名前を知ろう



令和元年度 おとなの体験教室

参加者を募集します！

季節のハーブを使ったスワッグ作り

スワッグとは「壁飾り」のことです。季節のハーブ、花や葉のついた枝を束ねて作ります。お気に入りの空間をおしゃれに彩ってみませんか。

3か月～半年程度
飾って楽しめます



日時 7月10日(水) 10:00～12:00

会場 三条東公民館 会議室

講師 日本園芸協会認定 ハーブコーディネーター 桐生 ゆかりさん

対象者 主に東地区の成人

※定員に余裕があれば
地区外の人を受け付けます。

定員 8人(申込順)

参加費 1,500円(材料費として)

持ち物 花ばさみ

申込み 6月3日(月)から三条東公民館へ

作品見本は、
公民館の事務室前に飾ってあります。

健康づくり課
からのご案内

問合せ：健康づくり課保健指導係 ☎ 34-5445(直通)

一ノ木戸②小学校区健康推進員地域健康教室

初めての人でもできます。この機会に**ピラティス**を体験してみませんか。

日時 6月20日(木) 19:00～20:30(受付 18:45～)

会場 三条東公民館 和室

講師 坂爪 友樹さん

持ち物 ヨガマットまたはバスタオル、水分補給用の飲み物、汗拭き用のタオル

その他 動きやすい服装でお越しください。

主催：三条市健康推進員協議会・三条市

参加費無料
申込不要

今月のきっかけの1歩

フォークダンスを
踊りましょう



日時: 6月12日(水)
9:30～11:00

会場: 三条東公民館
多目的ホール1

動きやすい服装で、どなたも
お気軽にご参加ください。



参加費無料
申込不要

7月3日から **おはようラジオ体操** 始まります

日時 原則、平日の8:35～8:45

会場 三条東公民館 正面玄関前(または多目的ホール2)

※ イベント等の都合で変更や休止日があります。

開催日は随時お知らせします。

どなたでもご参加ください♪

参加費無料・申込不要

三条民謡教室 に参加してみませんか **参加費無料**

サマー☆フェスタ盆踊り大会や三条夏まつりに向けて、一緒に
三条おけさや三条音頭の練習をしましょう。

日時: 6月12日、26日、7月10日 いずれも水曜日
19:30～21:30

会場: 一ノ木戸ポプラ学園小中一体校地域交流施設 わにな〜れ

持ち物: 水分補給用の飲み物

申込み・問合せ: 松永 (☎ 32-0101)

