

令和6年6月1日号(第171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

三条市公式LINE



三条東公民館主催「市民ゼミ」

話の聴き方・伝え方

1	7月5日(金)	相手に分かってもらいたい時は、 まず相手の話を聴くところから
2	7月19日(金)	コミュニケーションに大切な、 心の在り方
3	7月26日(金)	コミュニケーションは 相手を理解することで円滑になる
4	8月2日(金)	相手に伝える時のポイント、 言いたいことが言えるように &まとめの傾聴練習

各回とも 13:30~15:00 *4回シリーズ

会場：三条東公民館 会議室

(第3回のみ多目的ホール2)

定員：20人(定員を超えた場合は抽選)

講師：心理カウンセラー 石山 早苗 さん

申込み：6月24日(月)までに

三条東公民館へどうぞ。

コミュニケーションは、
私たちの人生において
必要不可欠です。
話の聴き方、伝え方を
学びましょう。
今よりもっと楽しい毎日を
過ごせますように…

受講無料。
お気軽に
お申し込みください。

三条東公民館主催「きっかけの1歩」

ポプラーシアター

7月16日(火)

13:30~15:00

会場：三条東公民館 多目的ホール2

「名犬ラッシー(家路)字幕版」を
上映します。入場無料、申込不要。
お気軽にお越しください。



三条東公民館主催

「きっかけの1歩」



おはようラジオ体操

平日毎朝 8:35~

三条東公民館 正面玄関前にて
(雨天時はロビー)

6月のお休み

1	2	8	9	11	15
土	日	土	日	火	土
16	22	23	28	29	30
日	土	日	金	土	日

三条東公民館主催「東っ子ひろば」

キラキラの 砂でつくる☆砂絵教室



8月3日(土) ★好きな時間帯をお選びください。

①10:30~11:30 ②13:00~14:00 ③14:00~15:00 ④15:00~16:00

会 場：三条東公民館 定員：各回7人(定員を超えた場合は抽選) 参加費：700円

対 象：一ノ木戸小学校の小学生(1・2年生は保護者同伴願います)(定員に余裕があれば他校も受付)

講 師：日本サンドペインティング協会認定講師 しのは ゆう さん

申込み：7月3日(水)までに三条東公民館へどうぞ。

※お申込時、「時間帯」「絵柄」の希望をお知らせください。



★好きな絵柄をお選びください。

第二中学校区食生活改善推進委員主催
二中校区住民 料理教室

心身ともに健康でいるために お話と調理実習

6月26日(水) 9:30~12:30

会 場：わにな〜れ

(一ノ木戸ポプラ学園地域交流施設)

講義内容：

①心身ともに健康でいるためのお話

②調理実習・会食

定 員：16人(先着順) 参加費：400円

持 ち 物：エプロン、三角巾、手拭き、筆記用具

※マスク着用をお願いします。

申 込 み：6月10日(月)までに、

清水(電話 090-5326-8933)か
山口(電話 090-8019-4577)まで
どうぞ。※お申込時、氏名・住所・
電話番号をお知らせください。



公民館事業の様子です



↑3月に開催した、「春に向けて…スマホ使い方入門」の様子です。2日間に分けて開催しましたが、ともに多くの方のご参加をいただきました。「やさしく教えて貰えて良かった!」と、ご好評いただきました。皆さん、ありがとうございました。