

井栗公民館だより

☆井栗公民館☆

三条市公式LINE

〒955-0051 三条市鶴田4丁目12番7号

Tel 38 - 3835 Fax 38 - 0393

メール iguric@city.sanjo.niigata.jp



きっかけの1歩

手しごと布ぞうり作り

3月5日(火)・6日(水)
9:30~11:30

- 参加費無料/申込不要
- 時間内入退室自由

さき織り体験

8日(金)・29日(金) 13:30~15:30

- 定員 各回8人
 - 参加費 300円程度(経系代)
 - 申込み 各開催日の前日までにお申込みください。
- ※横糸(布を切って作った紐)をご用意ください。

作ってみたい!

おこわ(赤飯)作り

- とき 3月15日(金)
9:30~11:30
- 定員 6人(抽選)
- 参加費 300円(材料代)
- 申込み 3月7日(木)まで



男の料理教室

和菓子 練り切り

- とき 3月22日(金)
13:30~15:30
- 定員 6人(抽選)
- 参加費 500円(材料代)
- 申込み 3月14日(木)まで

3月



卓球の時間 ぴんぽんず★

初心者対象
ぴんぽんず ● あかば

4日(月)・11日(月)・18日(月)・25日(月)
12:00~17:00

6日(水) 9:00~12:00

21日(木) 13:00~16:00

サークル参加者を募集しています

【お問合せ】
井栗公民館へお願いいたします。

サークル名	内容	活動日時	講師
にこにこクラブ	簡単な有酸素運動 (エアロビクス)	毎週月曜日 10:00~11:00	嶋崎 智穂さん
レインボー体操	脳刺激、筋肉・骨を鍛える	第1・3金曜日 14:00~15:00	嶋崎 智穂さん
やさしい骨盤ヨガサークル	骨盤ヨガ体操	第1・2・3・4火曜日 13:30~14:30	葛綿 明美さん
骨盤エクササイズサークル	骨盤体操	第1・2・3・4火曜日 14:45~15:45	葛綿 明美さん
井栗生花サークル	生花	第2・4火曜日 19:00~20:00	鈴木 和子さん
パッチワーク教室	パッチワーク	第2・4木曜日 13:30~15:30	三上 美津栄さん
茶道クラブ	茶道 表千家流	第2・4金曜日 19:00~21:30	花澤 伸治さん (宗伸)
サークルみづゑ	水彩画	第1・3土曜日 13:30~15:30	宇賀治 徹男さん

【旭分館】

旭詩吟の会 新葉岳星会	詩吟	毎週水曜日 19:30~21:30	
-------------	----	----------------------	--

スプリングフォークコンサート 入場無料

3月24日(日)
14:00~15:30
(開場13:30)

- ところ 井栗公民館 大集会室
- 出演 みずぐるま
- 申込み 3月19日(火)までに井栗公民館へ

主催：井栗公民館

第42回 旭地区新春バレーボール大会

- 優勝 三貫地チーム
- 2位 柳場チーム
- 3位 柳川チーム
- 4位 須戸チーム

減塩みそ作り

- とき 4月12日(金) 13:30~
 - ところ サンファーム
 - 材料費 5kg 2,000円
 - 持ち物 エプロン・三角巾・持ち帰り用の器
 - 申込み 4月2日(火)まで
- 第四中学校区食生活改善推進委員へお申込みください。
田中かつ子 38-2046・小林ふく 38-4558

主催：三条市食生活改善推進委員協議会

いぐりわかふじコミュニティよりお知らせ

参加
無料

非常食の試食体験会

非常食作りの体験と試食
(一部無料配布あります)

- とき 3月23日(土)
13:30~15:00
- ところ 井栗公民館 大集会室



非常食ってどんなもの？
おいしいのかな？

いろんな非常食があって、水やお湯を入れて待つだけで食べられる【アルファ米】もあるよ。実際に作って食べてみたいね！



申込みは不要です。気軽にご参加ください😊

主催：いぐりわかふじコミュニティ 防犯・防災部会

不用品提供のお願い

遊休品コーナー準備などのため、不要になったけれど、まだまだ使えるものがございましたら、ご協力をお願いします。

衣類(男性・女性・子ども)
食器・鞆・文房具など



弥生時代にはもうありました！

④ 約1800年前の弥生時代後期に人々が暮らしていた、如法寺の経塚山遺跡。石器とも土器とも異なる道具が発見されました。金物のまち三条を思わせる、その道具とは？

①木製の曲尺 ②銀のノコギリ ③鉄の斧

★答えは下にあります

参加無料

いぐりわかふじイキキサロン

【3月の開催日】 ところ：井栗公民館

【主催】いぐりわかふじコミュニティ

健康マージャン初心者教室・将棋初心者教室
スカットボール初心者教室
9日(土)・23日(土) 9:30~12:00

囲碁初心者教室
10日(日)・24日(日)
9:30~12:00

さんちゃん体操
12日(火)・26日(火)
10:00~11:00

★三条っ子クイズの答え：③