

令和8年7月1日号 NO.258

# 井栗公民館だより

三条市井栗公民館 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

三条市公式LINE  
こちらから↓



他地区公民館だより  
こちらから↓



参加費  
無料

## 市民ゼミ 子ども達がゲームやスマホと うまく付き合うために

生活に切り離せないスマホやゲーム機器と、どのように付き合っていくのか、正しい答えのない問題に、一人ひとり考えてみましょう。

- と き 8月23日(日)・9月27日(日) 13:30~15:30 (全2回)
- と ころ 井栗公民館 大集会室
- 講 師 こども凸凹くらぶ 代表 大橋 清二 さん
- 内 容 第1回 現在困っていること・改善したいこと  
第2回 家庭内で取り組んでみたいこと・話し合い
- 定 員 12人 (2回参加できる方/申込み多数の場合は抽選)
- 持ち物 筆記用具
- 申込み 8月7日(金)までに井栗公民館へ電話、又は、メールにてお申込みください。

参加費  
無料

## 市民ゼミ 今さら聞けない生命保険のこと

大切なお金をムダにしないために、「今、よくわかっていない生命保険」のことを理解し、真に役に立つ保険に見直せるようになります。

- と き 9月9日(水)・16日(水)・30日(水) 10:00~12:00 (全3回)
- と ころ 井栗公民館 大集会室
- 講 師 2級ファイナンシャル・プランニング技能士 小川 太一 さん
- 内 容 第1回 生命保険の基本(仕組みや設計の仕方)  
第2回 具体的な生命保険の種類(今時の(最新の)保険の紹介)  
第3回 個別に保険の設計例をご案内(性別、年齢などに沿った)
- 定 員 20人 (3回参加できる方/申込み多数の場合は抽選)
- 持ち物 筆記用具・電卓
- 申込み 8月19日(水)までに井栗公民館へ電話、又は、メールにてお申込みください。

## 作ってみたい! マーブルリングアート

マニキュアを使って水面に作った模様を素焼きの鉢にうつし取り、偶然が生み出すマーブル模様のオリジナル鉢を作ります。

- と き 7月30日(木) 13:30~15:30
- と ころ 井栗公民館 大集会室
- 定 員 8人 (申込み多数の場合は抽選)
- 参加費 500円 (材料費)
- 申込み 7月17日(金)までに井栗公民館へ  
電話、又は、メールにてお申込みください。

マーブル模様  
を作って



鉢に  
うつして



植物苗の  
おまけ付き



完成♪ (2個作ります)  
見本が井栗公民館にあります

# パッキング

主催 第四中学校区食生活改善推進委員

■とき 7月30日(木) 10:00~11:00

ハンバーグとポテトサラダ  
を作ります

小・中学生  
対象です



- ところ 井栗公民館 料理実習室
- 定員 10人(申込順)
- 参加費 500円
- 持ち物 エプロン・三角巾・マスク
- 申込み 7月25日(土)まで
- 申込先 食生活改善推進委員協議会 第四中学校区  
田中 かつ子 080-5485-3006  
坪谷 栄子 090-4836-6626

## 作ってみたい! 竹細工

菜箸やへらなど

暮らしの道具を作ってみませんか

- とき 7月24日(金)  
13:30~15:30
- ところ 井栗公民館 大集会室
- 定員 6人(申込み多数の場合は抽選)
- 参加費 200円(材料費)
- 申込み 7月17日(金)まで

## 井栗地区人生塾

第2講



睡眠とところのおはなし

- とき 7月15日(水)  
13:30~15:00
  - ところ 井栗公民館 大集会室
  - 講師 健康づくり課 職員
  - 対象 60歳以上
- 参加登録をされている方は申込み不要です。

## 文集「伊久礼」第72号 原稿を募集します

【提出先】井栗公民館 【締切】9月4日(金)

### 【募集内容】

- ① 論文・随筆・紀行文・感想文・小説など  
※4000字以内で1人1作品
- ② 俳句・短歌・詩など
- ③ 聞き書き!レポ など

申込不要・参加費無料

### きっかけの1歩

手しごと  布ぞうり作り

7月7日(火)・8日(水) 9:30~11:30

ところ 井栗公民館 講義室 ※時間内入退出自由

▶初めてのの方は材料や持ち物などお問い合わせください。

卓球のじかん  **ピンポンず**

7月6日(月)・13日(月)・27日(月)

12:00~17:00

ところ 井栗公民館 大集会室

持ち物 ラケット・内履き

## 遊休品コーナー

8月29日(土)・30日(日)開催  
詳しくは8月号でご案内します

準備のため、おうちに眠っている物品(食器・雑貨・日用品 ほか)がございましたら、ご協力をお願いいたします。

持込み・お問合せ

井栗公民館 38-3835  
(平日8:30~17:30)



参加  
無料

## いぐりわかふじイキイキサロン

【7月の開催日】会場：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  
11日(土)・25日(土) 9:30~12:00

囲碁初心者教室  
12日(日)・26日(日)  
9:30~12:00

さんちゃん体操  
14日(火)・28日(火)  
10:00~11:00

★初めて参加する方は井栗公民館へご連絡をお願いいたします。(保険加入のため)