

下田公民館だより

こもれび

令和7年3月1日号

No.238

三条市下田公民館

〒955-0151

三条市荻堀 1144 番地 1

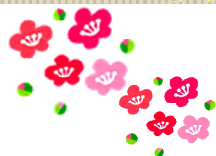
TEL 46-5911

FAX 46-5060

E-mail shitadac@city.sanjo.niigata.jp

公式 LINE

こちら→



下田公民館

各種サークルのご案内



下田公民館で活動しているサークルではメンバーを募集しています。
あなたも仲間に入りませんか？お申込みをお待ちしています！

※申込み・問合せは各サークル担当者へ直接連絡をお願いします。



何か新しいこと、始めませんか。一緒に楽しみましょう！



サークル名	開催日	時間	サークル紹介文	担当者
なごみ会 (生け花教室)	第 1.3 金曜日	9:30～ 11:30	楽しく花を生けてみませんか。	塩田 090-7813-9686
下田篠笛サークル	第 2 金曜日	9:30～ 11:30	日本発祥の唯一の楽器と言われている篠 笛。音の出し方から習います。	伴田 47-2132
生命の貯蓄体操三条	毎週 水曜日	9:30～ 11:30	丹田呼吸法と共に行う体操で身体のこりや 歪みを直して健康体質に変えていく健康体 操です。随時見学体験自由です。お気軽に どうぞ。	味田 46-3500 090-7722-6883
	毎週 土曜日	13:30～ 15:30		
手芸サークル	月 1 回 木曜日	9:30～ 11:30	楽しく手芸をしませんか。 みんなで楽しみましょう！	目黒 46-4022
楽しい太極拳の会	月 3 回 月曜日	10:00～ 11:30	体幹が鍛えられ、転倒防止・免疫力の UP が 期待できます。	鈴木 46-2254
サークル書あーと (デザイン書道)	第 1 木曜日	10:00～ 12:00	各自自由に創作する会です。 (指導者はおりません)	長谷川 46-3848
下田将棋連盟	第 1.3 土曜日	13:00～ 17:00	将棋は日本伝統の頭脳ゲーム。このゲーム を通じて勝つ喜び、負ける悔しさだけでなく 諦めない気持ちや他人を思いやるやさし さを知り、本当の豊かな心を育みます。	大竹 46-2157
フラダンスサークル “リリア	第 1.3 木曜日	13:30～ 14:30	ゆったりと優しい動きのフラダンスは心も 体も癒やされます。初心者大歓迎です！	神田 46-5054
大正琴 凌文会	第 1.3 月曜日	13:30 ～ 15:30	地域の茶の間等ボランティア活動に参加し ませんか。	木戸 46-2610
雅雪庵茶道教室	第 1 水曜日	13:30 ～ 15:30	お茶を通して伝統・文化を学び、心の豊か さや癒やしのひとときを。初心者大歓迎！	鶴巻 46-2174
嵐渓石愛好会	不定期		下田地区産出の枯渇しそうな嵐渓石の知名 度を向上するため一緒に活動しませんか。	目黒 090-1883-1803



サークル名	開催日	時間	サークル紹介文	担当者
下田書道教室	第 2.4 水曜日	17:00～ 19:30	未就学児のひらがな講習、高校生以上のペン字講習 随時受付中！	大竹 090-2956-8382
書道を楽しむ会(夜)	第 1.3 水曜日	18:30～ 20:30	墨の匂いに癒されませんか。書くことを生涯の趣味にしませんか。	清水 46-2301
雅雪庵茶道教室	第 3 水曜日	18:30～ 20:30	和敬清寂で生活にうるおいと心の平安を日常生活の中に。	鶴巻 46-2174
レッドイースト三条 (ラインダンス)	毎週 日曜日	19:00～ 21:00	年齢男女関係なく世界共通のステップで踊る楽しいダンスです。	伴田 47-2132
ひめさゆり会 (書道教室)	第 1.3 火曜日	19:00～ 21:00	墨の香りに癒されながら文字を書いてみませんか。	大竹 090-2956-8382
shitada 和 (よさこい,ダンス)	毎週 火・金曜日	19:00～ 21:00	よさこいやダンスを覚えてイベントに参加しませんか。	渡邊 090-7822-8157
下田フィットネス サークル(ズンバ,ヨガ)	毎週 木曜日	ズンバ19:30～ ヨガ 20:25～	ズンバで汗をかきストレス発散、ヨガで疲れた体を整えましょう！	捧 090-8814-9272
骨盤体操クラブ	第 2.4 火曜日	19:30～ 20:30	横になり体の柔軟、歪みを矯正します。冷えや姿勢改善にも効果的です。	横田 090-4097-7262
レクダンス スイトピー	毎週 土曜日	19:30～ 21:30	簡単な振り付けをその場で覚えて色々な曲に合わせて踊ります。体を動かして健康にも良いです。	鈴木 090-5581-8293



●● 雅雪庵茶道教室 昼の教室はじめます ●●

新たに昼の教室を始めます。茶道を通して、礼儀作法や和のおもてなし、心の豊かさなどを学びませんか。初心者大歓迎です！お気軽にどうぞ。

◆開催日：毎月第1水曜日 13:30～15:30 下田公民館 和室にて



■ 図書館下田分館 新着本紹介 ■

題 名	著 者	出版社	題 名	著 者	出版社
農家が教えた世界	しん 野菜を育てるプロ	KADOKAWA	京屋の女房	梶 よう子	潮出版社
余命4か月からの寓話	森永 卓郎	興陽館	カレー記念日	中央公論新社	中央公論新社
どうやってできたの？日本の変な地形	松本 穂高	かもがわ出版	アザラシまるごと BOOK	南幅 俊輔	辰巳出版
いちばんやさしい70代からのiPhone	増田 由紀	日経 BP	ひみつの薬箱 新装版	ジュヌヴィエーヴ・グザイエ	グラフィック社
ふきのとうずかん	多田 多恵子	金の星社	ババが言います	山口けい子	文芸社

★図書館下田分館3月の特集本★

■一般：【あま〜い本】

スイーツや恋愛など、甘い気持ちになれる本を集めました。

■児童：【お菓子作り】

バレンタインデーやホワイトデーに向けて、お菓子作りをするお話や、作り方の本を集めました。



～3月の教室・講座予定～

8日(土) しただ音楽会～二胡演奏会 10:30～