

下田公民館だより 令和8年3月1日号

# こもれび No.250

三条市下田公民館 〒955-0151 三条市荻堀 1144 番地1  
電話 46-5911 FAX 46-5060  
メール shitadac@city.sanjo.niigata.jp

三条市公式 LINE

今月の各公民館だより



## 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
いのち 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へと変えていく、どなたでも気軽にできる健康体操です。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	好きな文字をゆる〜く書く、講師不在のたのしいサークルです。	長谷川 46-3848
下田将棋連盟	第 2.4 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	初心者大歓迎です。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。	小林 33-3319
健康マーチャン会	月 3 回 金曜日	13:00 ~ 16:30	賭けない！吸わない！飲まない！ 毎回参加が可能な方、経験のある方	名古屋 090-1532-6269
大正琴 凌文会	不定期		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
嵐渓石愛好会	不定期		嵐渓石を市の石に認定要望中、八十里越が開通までに実現希望しています。	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	未就学児から小学 6 年生まで楽しく書いています。体験会も行っています。	大竹 090-2956-8382
書道を楽しむ会(夜)	第 1.3 水曜日	18:30～ 20:30	楽しんで上達できます。	清水 46-2301
宗徧流 雅雪庵茶道教室	第 1.3 水曜日	19:00～ 21:00	生活の中に癒し、季節の花を楽しみ、心にうるおいを！和敬静寂	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	基本から実用的な書まで楽しく書いてみませんか。	大竹 090-2956-8382
shitada 和 (よさこい,ダンス)	毎週 水・金曜日	19:00～ 22:00	踊りを覚えていただるさと祭りで一緒に踊りませんか！いつでも見学 OK です。	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～	日頃の運動不足やストレスを解消できます。ズンバで汗をかいてヨガでリラックスしましょう！	捧 090-8814-9272
骨ばん体操クラブ	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～ 21:00	色々な歌に合わせて体を動かすのは認知症予防にもなるかと思ひます。	鈴木 090-5581-8293

**シアターしただ 開催します**

**3月19日(木) 13:30～15:30**

作品:ふたりの旅路 (出演:桃井かおり、イッセー尾形)

公民館で映画を楽しみませんか。当日会場へおいでください。

**入場無料!**



**観劇!**



### ■ 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
名建築の見かた大図鑑	後藤 真吾	河出書房新社	北欧ではたらく	荻原 健太郎	左右社
怨嗟の回廊	堂場 瞬一	集英社	メゾン美甘食堂	水生 大海	ポプラ社
につげろー!	Kata Kata	手紙社	イラストでわかる大相撲	十枝 慶二	新星出版社
グググのぐっとくる題名	ブルボン小林	朝日出版社	てんてんきょうだいとまるねえちゃん	田口 麻由	ポプラ社
シュレディンガーの殺人者	市川 哲也	東京創元社	トミカコレクション 2026		ポプラ社

#### ★図書館下田分館3月の特集本★

##### ■一般：【春に向けてスッキリ】

新生活に向けて身の回りをスッキリさせましょう。整理整頓や収納術の本を集めました。

##### ■児童：【いろんなあそび】

2月に引き続き、冬でも楽しめる遊びの本を集めました。



～3月の教室・講座予定～

14日(土)しただ音楽会～琵琶演奏会～10:00～  
19日(木)シアターしただ 13:30～

