



大島地区文化祭開催のご案内

◇開催日時 **11月15日(金)～17日(日)**
9:00～17:00(※最終日は15:00まで)

◇会場 **大島公民館**

◇展示作品 **★書道、絵画、手工芸、写真、フラワーアレンジメント、
筆ペン書道、押し花等**
★大島小学校、須頃小学校全児童の作品

★★★ **催し物** ★★★ (事前申込不要)

【体験コーナー】

① **押し花「押し花で作る!しおり・コースター」**

11月16日(土) 9:30～15:00 先着50人程度
しおり(2枚100円)、コースター(1枚100円)
講師:押し花サークル代表 石井 艶子さん



② **工作「おおきなまつぼっくりで作る!クリスマスツリー」**

11月17日(日) 10:40～14:00 先着15人程度
クリスマスツリー作り(100円)
講師:手作り愛好者 大滝 チイさん



【オカリナ演奏会】

11月17日(日) 10:00～10:30 演奏:オカリナサークルピクニック

まだまだ展示作品募集!

- 申込締切 10月10日(木)までに大島公民館へお申し込みください。
- 作品搬入 11月12日(火)9:00～17:00・11月13日(水)9:00～15:00

■主催 大島公民館 ■共催 大島地区自治会長協議会

家庭で簡単にできる「五目おこわ」の作り方を覚えませんか。

きっかけの1歩「手作り最高!五目おこわ」

- 日 時 11月1日(金) 9:30～12:30
- 会場 大島公民館 料理実習室
- 講師 大島地区在住 料理愛好者 渡辺 君香さん、山田 初枝さん
- 対象者 おおむね60歳以上
- 定員 12人(先着順)
- 持ち物 エプロン、三角巾、ふきん、手拭き
- 受講料 無料
- 申込開始 10月4日(金)から大島公民館へお申し込みください。
- 主催 大島公民館



男性料理教室“魚料理編”

魚のさばき方や魚をメインにした料理を作ります。

■期 日【2回シリーズ】

10月29日(火)

11月26日(火)

■時 間 10:00~13:00

■会 場 大島公民館 料理実習室

■講 師 新潟県栄養士会三条支部派遣講師

■対象者 大島・須頃地区の成人男性
(定員に満たない場合は地区外も可)

■定 員 8人(先着順)

■参加費 各回1,000円(材料代)

■申込開始 10月3日(木)から大島公民館へお申し込みください。

■主 催 大島公民館



整体師による身体ほぐしのためのセルフケアストレッチを体験しませんか。

大島・須頃小学校区の健康推進員が地域健康教室を開催します。

整体師の視点ならではのストレッチを体験して、一日の疲れを自分でケアしてリフレッシュしましょう。

■期 日 10月25日(金)

■時 間 19:00~20:30
(受付18:45から)

■会 場 大島公民館 大集会室

■講 師 整体師・NCA認定コンディショニングインストラクター

山口 みさ子さん

■持ち物 ・ヨガマットまたは厚手のバスタオル
・水分補給用の飲み物
・汗拭き用タオル

■問合せ 三条市健康づくり課 保健指導係
電話34-5445

申込不要
参加無料



みんなでラジオ体操

健康維持のために、ラジオ体操をしませんか。どなたでもお気軽においでください。

■開催日 平日の毎日

【10月31日(木)まで】

■時 間 9:00~9:15

■会 場 大島公民館 大集会室

■その他 直接大島公民館においでください。

■主 催 大島公民館



子どもの遊び場

小学生を対象に、平日の放課後(15:00~17:00)、大島公民館の空部屋を「子どもの遊び場」として開放します。

卓球もできます。ルールを守って、みんなで楽しく遊びましょう。



大島地区スポーツカーニバル

大勢の方の参加申込みありがとうございました。10月14日(月・体育の日)大島小学校グラウンドでいよいよ開催します。

幼児レースは、申込不要です。会場に来てください。

地域の皆さんの大きな声援をお願いします!!

9:00 開会式
9:30 ウォークラリースタート
ウォーキングスタート
10:00 駅伝競走スタート
11:00 小学生低学年リレースタート
11:15 幼児レーススタート
11:40 閉会式



10月の教室・講座の開催日

教室・講座名	開催日	時 間
フラワーアレンジメント入門教室	2日(水)・16日(水)	13:30~15:00
きっかけの1歩「手作り最高!おこわ団子」	4日(金)	9:30~12:30
チャレンジクラブ	5日(土)	9:30~12:30
きっかけの1歩「ひざ痛・腰痛予防体操」	8日(火)・29日(火)	13:30~15:00
大島地区スポーツカーニバル	14日(月)	9:00~12:00
ことぶき学級	17日(木)	13:30~15:30
ときめき成人講座	19日(土)	13:30~15:30
筆ペン入門教室	21日(月)・28日(月)	14:00~15:30
男性料理教室“魚料理編”	29日(火)	10:00~13:00
きっかけの1歩「畑大好き!収穫祭」	30日(水)	9:00~11:00

