

らんなん 公民館だより

第194号

三条市嵐南公民館
三条市南四日町二丁目10番3号
☎35-2011 Fax31-1106
メール rannanc@city.sanjo.niigata.jp

記載の事業について、新型コロナウイルス感染症の状況によっては延期、中止又は内容を変更する場合があります。

嵐南公民館主催「きっかけの1歩」

ボクシングで エクササイズ体験

6/26(土)、7/10(土) 10:00~11:30
嵐南公民館にて

2回
シリーズ
です!

ボクシングを使ったエクササイズをします。
音楽に合わせて体をリズミカルに動かします!健康づくり&
ストレス解消にいかが?お気軽にお申込ください!

講師:コバジム代表 小林秀徳さん

受講料:無料 対象:成人

定員:15人(応募多数の場合は抽選)

持ち物:軍手、ヨガマットまたはバスタオル、
水分補給の飲み物、汗拭き用のタオル

申込み:6月3日(木)~6月17日(木)に

嵐南公民館(電話 35-2011)へお願いします。



嵐南公民館主催「きっかけの1歩」

「ラインはどうやるの?」「ツイッターって何?」
「動画はどう見るの?」etc...
あなたのギモンにおこたえします!

のんびりスマホカフェ

7/9(金)、8/6(金)

会場:嵐南公民館
定員:各日12人(応募多数の場合は抽選)
講師:パソコン技能者
田村栄一さん、大竹壽一さん、
小野山美年子さん
持ち物:お手持ちのスマートフォン、
充電器等
申込み:6月4日(金)~6月18日(金)に、
嵐南公民館(35-2011)へお願い
します。

- | | | |
|---|------|-------------|
| ① | 7月9日 | 9:00~9:50 |
| ② | " | 10:00~10:50 |
| ③ | " | 11:00~11:50 |
| ④ | " | 13:00~13:50 |
| ⑤ | " | 14:00~14:50 |
| ⑥ | " | 15:00~15:50 |
| ⑦ | 8月6日 | 9:00~9:50 |
| ⑧ | " | 10:00~10:50 |
| ⑨ | " | 11:00~11:50 |
| ⑩ | " | 13:00~13:50 |
| ⑪ | " | 14:00~14:50 |
| ⑫ | " | 15:00~15:50 |

お好み
びきり
くた
なり
だ時
さ50
間分
い。で
す。
を。



令和3年度

嵐南公民館事業計画



令和3年度の嵐南公民館事業の予定です。

詳細は公民館だより等でお知らせします。お気軽にお問合せください。

- ・嵐南こども共和国【6月～11月】
- ・トライ！嵐南キッズ【7月～12月】
- ・嵐南こども書き初め教室【12月】
- ・民謡入門教室【6月～12月】
- ・ゆるっとヨガ入門【6月～12月】
- ・大人のためのクラフト教室【8月・9月】
- ・夏休み学習室【7月～8月】
- ・あったか料理教室【1月～3月】

- ・ひまわり専科【5月～12月】
- ・さわやか大学【5月～12月】
- ・きっかけの1歩
「心身らくらく体操『骨ナビ』」【6月～7月】
- ・きっかけの1歩「音楽鑑賞会」【12月】
- ・きっかけの1歩「デジカメくらぶ」【9月～10月】
- ・きっかけの1歩「のんびりスマホカフェ」
【7月～8月】
- ・きっかけの1歩
「ボクシングでエクササイズ体験」【6月～7月】
- ・きっかけの1歩「アイシングクッキー教室」
【2月～3月】
- ・きっかけの1歩「わいわいラジオ体操」【通年】
- ・嵐南地区文化祭【10月】
- ・嵐南地区芸能発表会【11月】
- ・爽涼水墨画展【8月】
- ・レッツ卓球！【4月～3月】
- ・シアター嵐南【10月～3月】
- ・フレッシュ講座【5月～2月】



らんなん公民館だより 各世帯配布終了のお知らせ

本紙「らんなん公民館だより」は、
9月から、各世帯
には配布せず
公民館等の施設への
設置のみとします。
御了承ください。



レッツ卓球！



主催：嵐南公民館
会場：嵐南公民館
大集会室

6月 1日(火)、16日(水)、
21日(月) 7日(月):初心者デイ
13:00～16:00

★ラケット・ボールは持参ください。

三条市立図書館嵐南分室

6月の休館日

6月21日(月)・30日(水)

※図書館業務は休みになりますが、学習室として御利用いただけます。

6月の教室・講座の開催日

教室・講座名	日 時	教室・講座名	日 時
ひまわり専科②	15日(火) 13:30～15:00	さわやか大学②	24日(木) 10:00～11:30
嵐南こども共和国①	5日(土) 9:30～11:30	骨ナビ①②	14日(月)、28日(月) 13:30～15:00
水彩画教室①	26日(土) 13:30～15:30	チタンプレス レット製作体験	19日(土) 13:30～15:00
ゆるっと ヨガ入門①②	8日(火)、22日(火) 13:30～14:30	民謡入門①	4日(金) 10:00～11:30
レッツ卓球！	1日(火)・7日(月)・16日(水) ・21日(月) 13:00～16:00		



記載の事業について、新型コロナウイルス感染症の状況によっては延期、中止又は内容を変更する場合があります。