

令和3年8月号(第137号)

三条東公民館だより

三条東公民館

〒955-0046

三条市興野1丁目13番70号

Tel:0256-35-1200 Fax:0256-35-1180

E-mail:higashic@city.sanjo.niigata.jp



シニア講座

受講料
無料

受講者を募集します!

シニアの皆さんが元気で楽しく暮らせるよう、知識や教養を深める場、
また仲間づくりの場として、気軽に参加してみませんか。



開催期間 9月～12月の第3木曜日(全4回)

回	日時	内容	講師
1	9月16日(木)	感染症の話	内科・呼吸器内科山口医院 院長 山口 美沙子さん
2	10月21日(木)	本当に怖い低栄養 フレイルって何?	三条市健康づくり課 食育推進室職員
3	11月18日(木)	文化としての妖怪	新潟妖怪研究所 所長 高橋 郁丸さん
4	12月16日(木)	三条市の日本遺産 ～火焰型土器と上野原式土器～	三条市生涯学習課 文化財係職員

◆時間 13:30～15:00

◆定員 30人(定員を超えた場合は抽選)

◆会場 三条東公民館 多目的ホール2

◆申込み 8月23日(月)までに三条東公民館へ

◆対象 主に東地区住民で60歳以上の方

市民ゼミ受講生募集

親子で学ぶ「アンガーマネジメント」～おこりんぼさん、さようなら～

開催日時: 9/5(日) ①午後2時～2時45分 ②午後3時30分～4時15分

講師: 日本アンガーマネジメント協会キッズインストラクター 大橋 清二さん

内容: 日本アンガーマネジメント協会が提供する「アンガーマネジメントキッズ講座」を親子で
学び、怒りのコントロールの仕方を楽しく学びましょう!

対象・定員: 三条市民で、小学生以上のお子さんと親(各回6組)

定員を超えた場合は抽選となります。

教材費: 200円

申込期間: 8月2日(月)～8月17日(火)までに三条東公民館へ



❁公民館の講座のお申込みは、窓口のほか、電話(0256-35-1200)、FAX(0256-35-1180)、及び
メール(higashic@city.sanjo.niigata.jp)にて受付します。ご不明な点もお気軽にお問合せください。

夏休みこども上映会

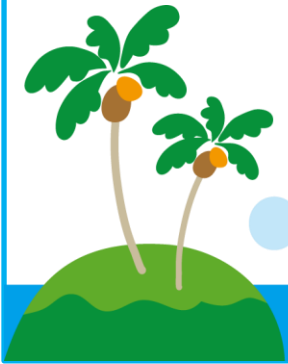
ぼかんすシアター 入場無料・申込不要

開催日：8月2日（月）9：30～11：30

会場：多目的ホール2

上映作品：なかよしおばけ「おばけの地下室探検ほか」
ミッキーマウス「ミッキーのハワイ旅行ほか」

涼しい公民館で、
おともと一緒に
ご鑑賞ください♪



おはようラジオ体操



「おはよう！」のあいさつとともに、ラジオ体操でさわやかな一日をスタートしましょう！
いつでも、どなたでも参加できます！

平日8：35～8：45

参加費無料・申込不要

8月の お休み	1	7	8	9	12	14	15	21	22	23	26	28	29
	日	土	日	月	木	土	日	土	日	月	木	土	日

※予定は変更になる場合があります。

eco



三条東公民館で資源回収をしています

- ◆乾電池・小型家電・インクカートリッジ……正面玄関入口脇の専用回収ボックスに入れてください。
- ◆使用済み天ぷら油……ペットボトルに入れてフタをしっかりと閉め、正面玄関左手にある回収ボックスに入れてください。



→このポスターが目印です。



三条東公民館は「ひと涼み処オアシス」として、開放スペースを設けています。

三条東公民館 公式LINE はじめました



三条東公民館の情報を発信していきます。
ぜひお友達に追加してくださいね！

※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。