



三重地区公民館だより

長崎市三重町 1142-1 TEL **850-0142** FAX 850-0163
 公民館だより・講座情報は長崎市のホームページからご覧頂けます。
 HOME>子育て・学び>学校・教育（教委）>公民館>三重地区公民館（講座情報）



夏休み子ども講座 申込受付中！ 今すぐ公民館にTEL！

○熱中症対策 タオル・水筒など忘れずに。
 体調が悪いときは参加を控えてね。

講座名	実施日時と会場等	空き状況と参加費
サイエンス教室 	7月27日(木) 10:30~11:30 長崎市科学館のスタッフとおもちゃ作りや実験 ○ストローとんぼ、とことこキリン、色水、ロケット発射 ■持ってくるもの ハサミ	小学生 30人 余裕あり 無料
子ども映画会 	8月5日(土) 9:30~12:00 アニメ映画をみんなで楽しもう ○かんすけさんとふしぎな自転車、白雪姫、ねずみくんのきもち ■個人参加は申込不要。団体参加は事前連絡必要。	80人 無料 申込不要 団体は要連絡
クラフト粘土で作るペン立て 	8月10日(木) 10:00~12:00 いろんな材料でオリジナルのペン立て作り ○空き瓶を紙粘土でつつみ好きなもので飾ろう ■持ってくるもの 空きびん、木工用ボンド、絵具道具、飾りたいもの（小石、貝がら、ビー玉など）、手ふきタオル	小学生低学年 20人 余裕あり 無料
親子で楽しく中国料理 	8月19日(土) 10:00~12:00 本場仕込みの中国料理を親子で楽しく作ります ○担担麺、中国風ちまき ■持ってくるもの 170円、三角巾、タongs、筆記用具	小学生親子 10組 余裕あり 一人500円
ワクワク読み聞かせ会 	8月25日(金) 10:00~12:00 ただ聞くだけじゃない！楽しさいっぱいの舞台 未就学～小学生が対象 ■個人参加は申込不要。団体参加は事前連絡必要。	100人 無料 申込不要 団体は要連絡



先行募集 「塩切り麴を使った味噌作り」 10月7日(土) 午前10時

好評を得ている味噌づくり講座を今年も開催します。参加を希望される方は材料となる『麴』の注文の都合上、**8月19日(土)**までに三重地区公民館宛に電話かFAXでお申し込みください。

自作の味噌を味わってみませんか！ 皆様のご参加をお待ちしています。

昨年同様、でき上がった味噌は一人5Kgを予定しています。**住所・氏名・連絡先・数量を公民館まで**☺

定員 20人 材料費 1,700円(でき上り5kg単位) ※倍量欲しい方は材料費も倍になります。



公民館春の講座終了

ヨガ教室 ① 園川真紀先生 6月27日(火)

初心者の方でも取り組みやすい
リフレッシュヨガです。

園川先生の指導のもと、皆さん
楽しそうに気持ちよく身体を動か
していました。

次回の参加をお待ちしています！



8月・9月公民館講座のご案内

申し込みは、三重地区公民館に TEL!

講座名	実施日時と会場等	定員	講師	講座の様子
ヨガ教室 ② 〈成人一般〉	日時 8月29日(火) 10:00~12:00 会場 三重地区公民館 集会場 内容 仕事や家事の合間に、椅子に座った ままで誰でもできるリフレッシュヨ ガです。 準備 運動ができる服装・履物	20人	園川真紀氏	
元気アップ 運動講座 ③ 〈高齢者〉	日時 9月12日(火) 10:00~12:00 会場 三重地区公民館 集会場 内容 ストレッチ体操や簡単な筋トレなど が楽しく行えて、自宅でもできる簡 単な運動です。 準備 運動ができる服装・履物	20人	山田厚美氏	
三重地区の 歴史講座 ① 〈成人一般〉	日時 9月9日(土) 10:00~12:00 集合場所：天福寺(檜山町) 内容 天福寺において、檜山潜伏キリシタ ンと檜山の壺との関係について学び ます。	20人	松川隆治氏	



三重地区関連行事

実施日	イベント名	場所等	主催者
7月30日(日)	長崎パーロン選手権大会 ※三重地区代表参戦	長崎港松が枝国際観光心頭	長崎国際観光コンベンション協会 (問合せ 095-823-7423)
8月6日(日)	市民大清掃	市内全域	各自治会
8月22日(火)	離乳食教室	三重地区市民センター	北総合事務所地域福祉課 (問合せ 095-814-3400)
8月25日(金)	るんるん健康教室		

※予定が変更される場合がありますので、主催者に行事開催の事前確認
をお願いします。

8月休館日のお知らせ

毎週月曜日(7, 14, 21, 28日)と11日(金)山の日です。