



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）



6月・7月公民館講座のご案内

申込みは、三重地区公民館にTEL ☎

講 座 名	実施日時と会場等	定 員	講 師
ヨガ教室①・② 〈成人一般〉 	日時 ① 6月10日（火） 10:00～12:00 ② 7月15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。ゆったりとした呼吸で心も身体もとてもリラックスできます。ぜひその効果を体験してください。 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② 〈高齢者〉 	日時 7月8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ます。自宅でもできる簡単な運動なので、初めての方も是非チャレンジしてみてください。 準備 運動ができる服装・履物	20人	山田 厚美 氏



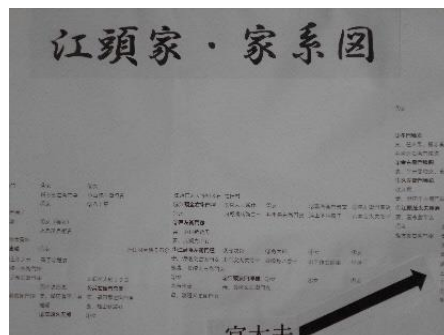
公民館展示コーナー

公民館玄関ホール展示コーナーでは、三重地区の郷土史の調査研究や史跡の保全などに取り組まれている三重地区史談会が、天保10年（1839年）に大村藩の家老に任じられた江頭官大夫に着目し製作した「江頭家・家系図」などが掲示されています。

2階の史談会事務室には、三重の歴史の本や懐かしい農機具などが展示されています。歴史に興味ある方、知りたい方は、ぜひご覧ください！

会員募集中

「玄関ホール掲示」



「史談会事務室展示」





夏休み子ども講座のご案内

用意するもの、申込方法等は7月号で発表します
※7月1日（火）から受付開始

講座名	実施日時と会場等	定員
サイエンス教室	日時 7月25日（金） 10:30~11:30 会場 三重地区公民館 集会場 内容 長崎市科学館のスタッフと工作や実験をします	30人
親子でフォト教室	日時 7月27日（日） 9:30~11:30 会場 三重地区公民館 集会場 内容 スマホなど身近なカメラを使って写真のとり方を楽しみましょう	小中学生 保護者 10組
シーグラス工作	日時 7月31日（木） 10:00~12:00 会場 三重地区公民館 集会場 内容 長崎の海の海洋ごみのお話と、ランプを作ります	20人
親子で楽しむ 折り紙作り	日時 8月2日（土） 10:00~12:00 会場 三重地区公民館 集会場 内容 色紙パーツをつなげて回し変化を楽しむ物を作ります	小学生 保護者 10組
読み聞かせ会	日時 8月22日（金） 10:00~12:00 会場 三重地区公民館 集会場 内容 ただ聞くだけじゃない！楽しさいっぱいの舞台	100人
親子で楽しく 中国料理教室	日時 8月23日（土） 10:00~12:00 会場 三重地区公民館 調理実習室 内容 本場仕込みの中国料理を親子で楽しく作ります	小学生 保護者 10組



新着図書のご案内



【一般書】

・自分の価値のつくりかた	安田 雅彦／著	・教師の本音	静岡の元教師 すぎやま／著
・象が来たぞお 1	風野 真知雄／著	・象が来たぞお 2	風野 真知雄／著
・いもくりなんきん、ときどきあんこ	中川 たま／著	・どんなに硬い体も柔らかくなる！ 名医が教えるすごいストレッチ	高平 尚伸／著
・東北 '26			

【児童書】

・シロツメクサはともだち	鈴木 純／著	・頭がよくなる!!たのしいなぞ なぞ1年生	高橋 啓恵／著
・怖い物件	藤白 圭／著		



6月三重地区行事予定

※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。

実施日	イベント名	場所等	主催者
6月1日(日)	三重地区パーロン大会	三重漁港	三重地区パーロン協会
6月27日(金)	るんるん健康教室	三重地区市民センター	北総合事務所地域福祉課 Tel 814-3400



6月の休館日は毎週月曜日（2、9、16、23、30日）です。

※開館時間は、朝9時から夕方5時までです。（貸館を除く）