



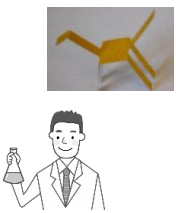
三重地区公民館だより

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もご覧頂けます。
 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）



夏休み子ども講座が始まるよ！

7月1日から申込開始 公民館にTEL！

講 座 名		実施日時と会場等	定員と参加費
サイエンス教室		7月25日(金) 10:30~11:30 長崎市科学館のスタッフと工作や実験をします！ ○工作：とことこキリン、コマ ○実験：色水（ヨウ素液を使い、いろいろな色の水を作る実験） ■持ってくるもの はさみ	小学生 30人 無料
親子でフォト教室		7月27日(日) 9:30~11:30 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！ ■持ってくるもの スマホまたはカメラ	小中学生 保護者 10組
シーグラス工作		7月31日(木) 10:00~12:00 長崎の海の海洋ごみなどの話と工作をします！ ■持ってくるもの シーグラス、貝殻	小学生 20人 一人500円
親子で楽しむ 折り紙作り		8月2日(土) 10:00~12:00 色紙パーツをつなげて回し変化を楽しむものを作ります！ ■持ってくるもの はさみ	小学生 保護者 10組 家族 100円
読み聞かせ会		8月22日(金) 10:00~12:00 何がでるかな？ 楽しさいっぱいの舞台です！ ■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
親子で楽しく 中国料理教室		8月23日(土) 10:00~12:00 親子で楽しく本場仕込みの中国料理を作ります！ 料理：ゴマ団子 ■持ってくるもの エプロン、三角巾、タオル、筆記用具	小学生 保護者 10組 一人500円



先行募集 「塩切り麴を使った味噌作り」 9月27日（土）午前10時

好評を得ている味噌作り講座を今年も開催いたします。参加を希望される方は材料となる「麴」の注文の都合上、7月25日（金）までに三重地区公民館宛に電話かファクスでお申し込みください。

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・数量を公民館までご連絡ください。

定員は20人、材料費は未定（昨年は1,700円、でき上り5kg単位）です。なお、倍量欲しい方は材料費も倍になります。

詳細については、8月号でお知らせいたします。



7月・8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
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
ヨガ教室② 〈成人一般〉	日時 7月15日(火) 10:00~12:00 会場 三重地区公民館 集会場 内容 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
初心者フォト教室 〈成人一般〉	日時 8月31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た写真のとり方を専門家から学びましょう！ 準備 スマホまたはカメラ	20人	さくらスタジオ スタッフ



春の公民館講座の様子！

元気アップ運動講座① 山田 厚美 先生 5月20日(火)



6月10日(火)の「ヨガ教室①」講座については、大雨警報発表と高齢者等避難が出されたため中止となりました。



7月・8月三重地区関連行事予定

実施日	イベント名	場所等	主催者
7月25日(金) 8月22日(金)	るんるん健康教室	三重地区市民センター (10:00~11:30)	北総合事務所地域福祉課 TEL 814-3400
8月3日(日)	市民大清掃	市内全域	各自治会
8月26日(火)	血管若返り健康教室	三重地区市民センター (13:30~15:30)	北総合事務所地域福祉課 TEL 814-3400



7月の休館日は毎週月曜日(7, 14, 21, 28日)と22日(火・振替休館日)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)