



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）

夏休み子ども講座の様子



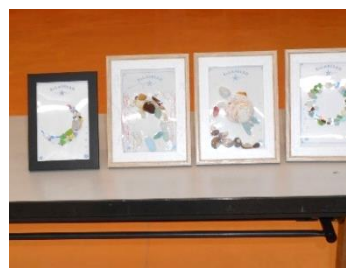
8月20日までに実施した3講座では、たくさん子どもたちが参加し、いずれの講座も工作や実験にいきいきと一生懸命取り組んでいました。

講座の開催にご協力いただいた講師、スタッフの方々はたいへんありがとうございました。

◆ サイエンス教室 （7/24）ストロートンボ・リングスローの工作、空気砲の実験



◆ シーグラス工作 （7/30）ランプシェード・フォトフレームの作成



◆ 折り紙教室 （8/1）トイプードルや猫を折りました



公民館の図書室、もっと気軽にご利用ください！



図書の貸出・予約をするには利用登録（図書貸出券の発行）が必要です。申請は当公民館で出来ますので、官公庁が発行する氏名・住所・生年月日が記載されているものをお持ちください。

市立図書館・図書室の蔵書をインターネットで検索して読みたい本を予約することができます。

（携帯電話からでも大丈夫です）

予約した本はいつもの公民館で受け取ることができます。返却も ok！

小説・エッセイ・料理・子育て・趣味の本など色々ご利用いただけます。

詳しくは三重地区公民館まで！

インターネット予約サービスをご利用ください。詳しくは→





三重地区健康づくりカレンダー

問い合わせ：北総合事務所地域福祉課

TEL814-3400

事業名	日時・会場	内容
るんるん健康教室	9月25日(金) 10:00~11:30 三重地区市民センター	健康づくりのため、運動指導士より自宅でも出来る運動をご紹介します。保健師・管理栄養士によるミニ講話も行います。個別の健康相談も可能です。各種測定も行います。
すこやか運動教室 対象：65歳以上の方	毎月 第2・4水曜日 13:15~14:45 三重地区市民センター	自宅でも行えるような体操・脳トレなどを行い、体も頭も元気になる運動教室です。



おやこカレンダー

問い合わせ：北総合事務所地域福祉課

TEL814-3400

事業名	日時・会場	内容
育児学級「フラワーチャイルド」 対象：生後2か月～1歳未満児	9月9日(水) 10:00~11:30 琴海南部文化センター	体重測定、保育士によるお遊びの紹介、保健師や栄養士による育児・栄養相談、交流会などを行います。
育児学級 「すくすく学級」 対象：生後2ヶ月～1歳未満児	9月17日(木) 10:00~11:30 三重地区市民センター	
幼児食教室 生後9か月～2歳未満児	9月29日(火) 13:30~15:30 三重地区市民センター	大人の食事から幼児食にアレンジする方法を実習を通して学びます。 ＊一週間前までにお申し込みが必要です。



9月の公民館講座のご案内

お申し込みは、三重地区公民館へ TEL

講座名	実施日時		定員	講師
ヨガ教室 ① (成人一般)	9月1日(火) 10:00~12:00	誰でも出来るリフレッシュヨガです。 初めての方も大歓迎です。 準備：運動が出来る服装、履物	20人	園川 真紀氏
塩麹を使った 味噌づくり (成人一般)	9月26日(土) 10:00~12:00	募集を締め切りました。 応募されている方には大豆の準備が出来次第ご連絡します。		増村あつ子氏

北総合事務所 地域福祉課 健康支援係からのお知らせ

・健康支援係では、三重、外海、琴海地区にお住まいのかたの乳幼児健診や子育て支援のための教室や相談、健康づくりのための各種教室や相談、高齢者の福祉サービスの利用等の相談を行っています。

・詳しい事業の内容・日程は、ホームページをご覧ください。

＜お問い合わせ先＞

北総合事務所地域福祉課健康支援係 TEL814-3400まで



健康支援係ホームページ



9月の休館日は毎週月曜日(7, 14, 21, 28日)と22(火)、23日(水)の祭日です。

※開館時間は朝9時から夕方5時までです。(貸館を除く)