

令和5年4月号（3月20日発行）



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）



「飛ばしてみようドローン講座」 3月18日（土）

今回が初めてのドローン講座には、中学生から高齢者まで幅広い年代の方々が参加されました。♪



春の講座が始まります！

今年、毎月運動系講座を開催します。皆さんの健康維持・向上に役立ててください。
参加希望の方は、上記連絡先に電話またはFAXにて住所・氏名・電話番号をお知らせください。



元気アップ運動講座① 5月9日（火）午前10時～12時

山田厚美講師。参加者満足度90%以上の毎年恒例の講座です。いろんな動きで軽い筋トレや脳トレを行います。体の動かし方を学んで、健康年齢若返りに夏バテ防止に役立ててください。

【対象】軽い運動ができる高齢者の方

【定員】20名



シニア向けスマホ講座 5月20日（土）午前10時～12時

スマホにしたいけど難しそう、スマホに換えたけど上手く使えないという高齢者の方いませんか。身近な地域の方が講師としてそれぞれの疑問にお答えします。デジタル難民にならないように、みんなで基本的操作から学び、LINEやZoomにもチャレンジしましょう。

今回は対象をAndroid版スマホに限定させていただきます。

【対象】高齢者で、スマホを始めてみたい方、スマホを使いこなせていない方（Androidに限る）

【定員】20名 ※お持ちの方はスマートフォンをご持参ください。



公民館展示コーナー作品介绍



公民館玄関ホール展示コーナーの作品介绍です。ホームページでは大きく見られますよ。

◎「あじさいの家（生活介護事業）」の皆さんの作品

3月末までの展示



○展示コーナーの利用者を募集しています。あなたの作品を展示しませんか。

※作品によってはお断りする場合があります。



三重地区関連行事

※新型コロナウイルス感染症対策のため、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 |
|-------------------------|------------|--|-----------------------------------|
| 4月10日(月) | 長崎市立中学校入学式 | 各中学校 | 各中学校 |
| 4月11日(火) | 長崎市立小学校入学式 | 各小学校 | 各小学校 |
| 4月28日(金) 10:00-11:30 | るんるん健康教室 | 三重地区市民センター 多目的ホール ※予約が必要 ※市内在住の20歳以上の方 | 北総合事務所地域福祉課 (問合せ 095-814-3400) |

4月休館日のお知らせ

毎週月曜日(3.10,17,24日)と29日(昭和の日)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)