



三重地区公民館だより

長崎市三重町 1142-1 TEL850-0142 FAX850-0163
 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）



お待たせしました！ 公民館講座が始まります。
 5月・6月講座のお知らせ

● 参加希望の方は、電話またはファクスにて公民館までご連絡ください。

講座名	実施日時と会場等	定員	講師
シニア向け スマホ講座 ①・② 〈高齢者〉	日時：① 5月11日(土) 10:00~12:00 ② 6月8日(土) 10:00~12:00 会場：三重地区公民館 内容：基本的操作から学び、LINE や Zoom にもチャレンジしよう。スマホを落とした時の探す方法もあるよ！ ※対象を Android 版スマホに限定させていただきます。	各 15 人	篠原 義弘 氏
元気アップ 運動講座 ① 〈高齢者〉	日時：5月21日(火) 10:00~12:00 会場：三重地区公民館 内容：いろんな動きで軽い筋トレ・脳トレを行います！ 準備：運動ができる服装・履物	20 人	山田 厚美 氏
ヨガ教室 ① 〈成人一般〉	日時：6月11日(火) 10:00~12:00 会場：三重地区公民館 内容：椅子に座ったまま誰でもできるリフレッシュヨガ！ 準備：運動ができる服装・履物	20 人	園川 真紀 氏

長崎市三重地区子育て支援センター 「てとて」のご紹介

子育て支援センターってどんなところ？

就学前の子どもと保護者が気軽に集まって自由に遊んだり、育児相談等ができる場所です。栄養相談や小児相談、ベビーマッサージや季節の行事などいろいろなイベントを行っております。

対象者：就学前の子ども（概ね3歳）とその保護者
 （対象の子どもがいたら、その姉・兄も可。妊婦のみも可）
 日時：月曜日から土曜日 10時～16時
 （日祝日・年末年始はお休み）
 場所：長崎市三重町 57-1（ナビでは三重町 58 で！）
 利用料：無料
 駐車場：あり

※詳しくは 095-801-6177 まで



令和6年度上半期の公民館講座開催予定

基本的な感染対策を行って実施しています。お気軽に参加してください。

講座種類	対象	課題等	実施日	曜日	時間帯	講座名
通年講座	高齢者	運動・健康	7/9	火	朝	元気アップ運動講座②
夏休み子ども講座	青少年	芸術・文化	7/23	火	朝	子ども習字教室
夏休み子ども講座	青少年	自然科学	7/26	金	朝	サイエンス教室
夏休み子ども講座	青少年	芸術・文化	7/31	水	朝	シーグラス工作
夏休み子ども講座	青少年	芸術・文化	8/6	火	朝	クラフト粘土で作るペン立て
夏休みこども講座	青少年	文学	8/23	金	朝	読み聞かせ会
夏休み子ども講座	青少年	国際	8/24	土	朝	親子で楽しく中国料理教室
通年講座	成人(一般)	運動・健康	8/27	火	朝	ヨガ教室②
秋の講座	成人(一般)	芸術・文化	9/14	土	朝	パッチワーク折り紙
秋の講座	成人(一般)	芸術・文化	9月		朝	三重地区の歴史講座①
秋の講座	成人(一般)	家庭・生活	9/28	土	朝	塩切り麴を使った味噌作り

公民館利用のご案内



地区の皆様には、学習の場、各種会合の場などにおいて、公民館をお気軽にご利用ください。

また、自主学習グループをつくり、認定を受けると使用料の減免があります。現在、「三栄会(民踊)」、「絵手紙教室(美彩)」、「三重合唱クラブ」が自主学習グループとして認定されています。

見学などご希望の方は三重地区公民館へご相談ください。

三重地区関連行事

※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

月 日	イベント名	場所等	主催者
5/5(日)	こどもの日ペーロン大会	中 止	
5/24(金) 10:00-11:30	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 095-814-3400

5月休館日のお知らせ

毎週月曜日(6.13.20.27日)と3.4日(祝日)、7日(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)