



公民館だより

野里公民館 ☎282-9766 令和5年3月号

3月の催し 【教養講座・地域講座は参加費・受講費無料です】

3月の教養講座1 ガイド付きお城のぼり (文学館・美術館に続き今年度最後の館外活動)

1. 日時 3月26日(日) 10:00から
 2. 場所 姫路城(現地集合 現地解散)
 3. 定員 30名(3月20日〆切・先着順)
 4. 参加料 無料(公民館の館外活動なので)
 5. ガイド 観光ガイド職員4名
 6. 親子での参加も歓迎
- 公民館長になってから姫路城に関する本を3冊読み、野里の住民としては、知っておくべき内容だと変な意識のもと、公民館だよりで2回報告しましたが、実体験に勝るものはなしと、3回目の報告は残念し、今回の「ガイド付きお城のぼり」を計画しました。気軽に参加して下さい。



地域講座1 ふれあい茶道会

3月11日(土) 10:00~

茶道講師 恒木 真智子先生

茶道助手 佐桑 恵子先生

人と人との関わりを楽しむ
おもてなしの文化、茶道を
一緒に体験しましょう。

和菓子準備の為、事前にお申し込み必要。



遊びの英会話 地域講座受講生募集

4月より毎月第3土曜日に「遊びの英会話」を開講します。本年度より内容充実の一環として、低学年(小1~小3)と高学年(小4~小6)の2講座とします。受講希望者は、小学校か公民館においている申込用紙に記入願います。

開始時刻: 低学年 14:30~15:20

: 高学年 13:30~14:20

講師の先生: 武木田 恭子先生

※この講座は1年通じての登録制です。

地域講座2 なかよしランド

3月22日(水) 10:00~

講師 移動児童センター職員

対象 就学前の幼児と保護者

おもちゃでの自由遊び、体操や手遊び、季節のわらべ歌遊び、ミニシアターなどです。



日曜ヨガ 文化講座生募集

4月より新文化講座として始めます。

毎月第4日曜午前 月1回500円

定員12名先着順(残り枠あと数名)

申込受付中

講師 大西 景子

地域講座3 懐かしの歌で脳トレ

3月23日(木) 10:00~

講師 ルーチェ音楽療法

井垣 美奈 先生

脳を刺激しながら歌う

ことで、脳が活性化され、

少し若返ったかなと嬉しくなれる講座です。



バランスボール 文化講座生募集

4月より新文化講座として始めます。

毎月水曜日午後 月2回1000円

定員10名先着順(残り枠あと数名)

申込受付中

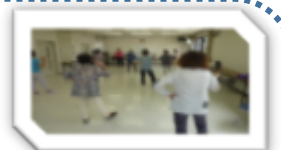
講師 内山 絢子

地域講座4 健康体操

3月28日(火) 10:00~

講師 松浦 香織 先生

歌にあわせて楽しく行う「生涯現役 ガンパルンバ体操」の振付も担当されている人気の先生です。上履き又はきれいに洗った靴、敷物(バスタオル可)、飲み物等をご持参下さい



野里子育て支援事業

「親子ベビー交流会」 社協野里支部主催

3月14日(火) 10:30 講師: 世良田先生

3月21日(火) 10:30 講師: 福永先生

対象 就学前の幼児とその保護者

内容 親子体操・絵本の読み聞かせ・手歌遊び・おもちゃ遊び・友達づくり・身近な相談など

令和5年度 野里公民館文化講座一覽

☎282-9766

	講座名	講師	曜日	回数	時間	受講料	備考
1	大正琴 (琴伝流)	小坂田加代子	第2・4 木	2	13:30~15:30	1,000	老若男女を問わず、ソロから合奏まで色々な音域の楽器で楽しみましょう。
2	日本舞踊 新舞踊	澤田 朝子	第1・2・3 火	3	13:30~15:30	1,500	健康のために体を動かし、情緒も味わえる舞踊をしましょう。
3	華道 (未生流)	波止元 永子	第1・3 火	2	18:00~20:00	1,000	新花から伝統的な生け花まで、四季の移り変わりを楽しみましょう。
4	子供習字 A・B	新見 こずえ (翠鳳)	第2・4 土 第2・4 土	2 2	10:00~12:00 13:00~16:00	1,000 1,000	幼年児から高校生までが、硬筆や毛筆を習っています。
5	3B体操	西井 輝子	第1・2・3 金	3	19:00~20:30	1,500	手具を使った健康体操です。ストレス解消、老化防止になります。
6	カラオケ	横山 早美	第2・4 金	2	10:00~12:00	1,000	皆で大きな声で新曲を目指して、楽しく歌えるよう指導します。
7	手描き友禅 型染め染色	塩谷 睦世	第1・3 金	2	13:30~15:30	1,000	ぬり絵感覚でTシャツ、バック、暖簾等に楽しく描いてみましょう。
8	折り紙	木村 すみ子	第1・3 火	2	13:30~15:30	1,000	折り紙の好きな方、折鶴の好きな方なら、楽しく続けられます。
9	暮らしの花	小寺 寿美 (尚寿)	第2・4 火	2	13:30~14:30	1,000	身近な庭の草花を用い、果物・野菜などと組み合わせ楽しみましょう。
10	英会話	波止元 永子	第2・4 金	2	14:00~15:30	1,000	ゲーム・歌等を通して楽しく頭の体操をしましょう。
11	ハワイアンフラ	和田 勢津子	第2・3・4 木	3	19:00~20:30	1,500	ゆったりとしたフラの音楽で心癒されませんか？年配の方でも大丈夫です。
12	太極拳	中基 恵里	第2・4 火	2	10:00~12:00	1,000	太極拳は素晴らしい生涯スポーツです。楽しさを一緒に実感しましょう。
13	絵手紙	坂谷 光代	第1・3 木	2	10:00~12:00	1,000	「へたでいい へたがいい」花や物を描く。心に感じた言葉を短く伝える。
14	パソコン	前田 克巳	第1・3 火 又は第1・3 木	2	13:30~15:30	1,000	3つのコース有。詳細は公民館に置いてあるパンフレットにてご確認ください。
15	3B健康体操	西森 桂子	第1・3・4 水	3	13:30~15:00	1,500	手具を使って、誰でも気軽に楽しくできる健康体操です。
16	タイ古式ヨガ A・B	川飛 淳子	第1・3 木 第1・3 木	2 2	13:00~14:00 14:15~15:15	1,000 1,000	肩こりや背中中の張りも和らいで筋力アップもできるエクササイズです。
17	日曜ヨガ A・B	大西 景子	第4 日 第4 日	1 1	9:30~10:30 10:45~11:45	500 500	基本の動きを通して全身の血行改善、疲労回復、心身のバランス調整を
18	バランスボール A・B	内山 絢子	第1・3 水 第1・3 水	2 2	14:00~15:00 15:15~16:15	1,000 1,000	大笑いで楽しめる『弾む有酸素運動』Aの定員残り枠僅かです。Bは満員。

1.受講料は1ヶ月の金額です。

2.受講は校区外の方でも自由です。お誘い合わせ下さい。

3.受講料には、教材費・材料費等を含みません。

4.講座の曜日・時間については変更の場合もあります。