公民館だより

野里公民館　☎２８２－９７６６　令和６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】

地域講座１　健康体操

３月５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　ガンバルンバ体操」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

地域講座２　遊びの英会話

講師　武木田　恭子先生

３月 16 日（土）　高学年 13：30～14：20　低学年 14：30～15：20

遊びの英会話　地域講座受講生募集

「遊びながら学び英語を身につける」遊びの英会話教室を、
本年度も４月より毎月第３土曜日に開講します。受講料は無料です。
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３　ふれあい茶道会

３月 16 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。

地域講座４　わんぱくランド（移動児童センター）

３月 26 日（火）13：30～　対象　小学生　　講師　移動児童センター職員

３月の「わんぱくランド」は、レクレーションゲーム「新聞紙でいっぱい遊ぼう」を予定しています。
持ち物はわんぱくランド申込書（小学校配布予定）、ハンカチ、お茶か水、あれば上靴です。

地域講座５　なかよしランド

３月 27 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、
そして、ミニシアター「はたらくくるま」を予定しています。

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 12 日（火）10：30　講師：松浦先生
３月 19 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6年度　野里公民館文化講座一覧　☎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	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。
3	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。
4	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。
5	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。
6	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。
7	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。
8	英会話	波止元 永子	第2･4 金	2	14:00～16:00	1,000	ゲーム･歌等を通して楽しく頭の体操をしましょう。
9	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。
10	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。
11	絵手紙	坂谷 光代	第1･3 木	2	10:00～12:00	1,000	「ヘタでいい　ヘタがいい」 花や物を描く。心に感じた言葉を短く伝える。
12	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下さい。
13	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。
14	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。
15	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
16	バランスボール A･B	内山 絢子	第1･3 水 第1･3 水	2 2	13:00～13:50 14:00～14:50	1,000 1,000	大笑いで楽しめる『弾む有酸素運動』現在、Aは空きあり。B は満員です。
17	エアロビクス	上野 桂子	第2･4 水	2	19:30～20:30	1,000	前半は初級エアロで有酸素運動を、後半は体幹リセットエクササイズです。

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。