花田公民館便り 令和5年12月号

花田公民館 電話 079－252－5798

ヨガ体験記

最近公民館でヨガの講座を開きたいと若い女性。話してみれば、相当**の信念と熱意！**早速体験会。現在10名程度。「自分の体力に応じて」が、基本。私は、便秘や胃炎などの70代半ば。一度試しにと参加。頭から、足先まで、いろんな体形で、楽しみました。**なんと1年も苦しんでいた、便秘から解放。**ストレスやなやみがありましたが、**ヨガは心と体のバランス**にもいいとか。現在花田公民館のヒットメニュー。心豊かに暮らしたいと、続けます。**毎月第2・4水曜日10時公民館和室。**おすすめしないわ けにはいきません。**裏面の日程確認**ください。見学無料 **ひと月　1,000円**

♪情熱はハイビスカスの花ににて

正月の玄関に　生け花を

本年も新しい年を祝ってあなたの家の玄関先に
生け花を飾りましょう！
訪問下さる方々の心を癒します。
ふくふくしい笑顔と、玄関先の生け花がきっと
幸せを運ぶでしょう。１２月２７日午後１時から
公民館の生け花講師西川先生がご指導します。
材料代金**約3，000円**　只今受付しております。

花田校区老人クラブ　からのお知らせ

11月28日（火曜日）は楽寿園へ参ります。
6年1月11日（木曜日）はすこやかセンター・2月13日（火曜日）は楽寿園・3月16日（土曜日）はすこやかセンターへ

１２月の公民館

太字は教養･地域講座
11月10日現在の予定
TEL 079－252－5798

	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
午前				**1** 3B体操 カラオケ	**2** 谷外ハワイアンフラ 大正琴	**3** 社交ダンス
午後				生け花	子ども絵画教室	
夜				3B体操		
午前	**5**	**6** パソコン 絵手紙	**7** 転倒予防体操	**8** ハワイアンフラ カラオケ	**9** **ふれあい喫茶** **子育てサロン**	**10** **大掃除**
午後	3B体操 谷外茶道	パソコン		**健康歌声サロン**	**子ども書道** **子ども将棋**	
夜		**谷外詩吟**		３B体操	民生	防犯
午前	**12** 老人クラブ	**13** 朗読 ヨガ	**14** 転倒予防体操	**15** 3B体操 カラオケ	**16** 大正琴	**17** 社交ダンス
午後				生け花	子ども絵画教室	
夜		谷外詩吟				
午前	**19** **健康体操**	**20** パソコン 絵手紙	**21** 楽しく歌って健康に	**22** ハワイアンフラ	**23** 谷外ハワイアンフラ	**24**
午後	3B体操 谷外茶道	パソコン			**子ども書道** **子ども将棋**	
夜		谷外詩吟		3B体操	紫陽花コーラス	
午前	**26**	**27** 朗読 ヨガ	公民館は年末12月28日～１月３日まで休館			
午後	3B体操	**生け花**				
夜						

※　公民館の講座料は非常に安く設定されています見学は事務所がご案内します
※　新しい講座の講師を募集しています。見学・体験無料（自由）
※　公民館は年末28日から新年３日まで休館