



春の陽気が心地よい季節となりました 🌸 いかがお過ごしでしょうか 🌸 平素より公民館活動にご理解ご協力頂き誠にありがとうございます 🌸 新年度スタート！生活環境の変化、気圧の変化、寒暖差が体と心に引き起こす不調を「春バテ」といいます 🌸 自分なりのリラックス方法を見つけてよき春にしてみませんか（簡単なことから「朝、一杯のお水を飲むとか」） 🌸 まずは気分転換に公民館にお立ち寄りくださいませ 🌸 ロビーハント復活！一発目は「アヒル」さあ！いい感じの 🎁 めざしてGOGO 🐾 🐾 よき4月をお過ごしくださいませ 🌸 感謝

←写真撮影 宮田 坂下氏

🌸 地域講座 悠々教室
童謡を歌おう

日時 4月1日（水）13:30～

講師 松本温子先生（声楽家）

対象 一般（要申込）

概要 季節の童謡を楽しむ

🌸 地域講座 悠々講座
歌声喫茶 「みち汐」

日時 4月17日（金）13:30～

講師 大勢美智子先生（音楽療法士）他

対象 一般

とにかく楽しいトーク 🎤 + 歌 + 脳トレ + α 🧠

🌸 教養講座 スマホ講座 申込5名以下の場合中止
「知って得する！知らなきゃ損する
スマホのあれこれ」

日時 4月15日（水）13:30～

対象 一般 無料講座

持ち物 スマホをお持ち ください

お申し込みをお待ちしております。

🌸 子ども講座 校区子どもクラブ(仮)フレゼンツ
ザ・ニンジャ

ふるってご参加ください！

日時 4月26日（日）10:00～時間厳守

場所 大津茂公民館

対象 小学生 参加無料・要申込 締切：4/19
詳細は別紙参照

🌸 地域講座 楽習教室 要申込・要材料費
ラテアートに挑戦

日時 4月3日（金）10:00～（予定）

場所 大津茂公民館 2F

講師 有田郁弥氏（珈琲有田 店主・バリスタ）

材料代 1,500円（スイーツ付）人数制限あり

🌸 子ども講座 スウィーツ部 大募集中
momococo スウィーツ

日時 4月12日（日）13:30～（予定）

場所 大津茂公民館

講師 ゆい先生（momococoオーナー、パティシエ）

対象 小学生 人数制限あり
材料代 800円・要申込

持ち物 調理実習に必要な物

🌸 地域講座 楽習教室
和菓子です

日時 4月24日（金）10:00～

場所 大津茂公民館

講師 鍵谷さかゑ先生

要材料代：800円・人数制限あり・要申込

持ち物調理実習に必要なもの

🌸 移動児童センター まわ～る
なかよしランド

日時 4月4日（土）10時～11時30分

大津茂公民館

わらべうた遊び、おもちゃでの自由遊び
エフロンシアター「はらぺこあおむし」
体操

あけぼのコンサートのご案内

♪ 吹奏楽団rubato

がやってくる♪

日時

4月19日 日曜日

13時開場

13時30分開演

場所 大津茂公民館

なんとなんと

入場無料公演

たつの市中心に活躍中

名曲から親しみやすい曲まで♪

春の空に響き渡るrubatoの「音」を存分にお楽しみくださいませ

頑張っている心に癒しを♪

☆ 新文化講座 月1回 シュッとピーンと「姿勢トシ」月1回

「姿勢を若い時のように取り戻すための基本、とても大切な運動を紹介していきます。姿勢が気になる方やってみませんか」

開講予定 第1火曜日

14:00~15:00

講師 山田英史 先生 (ひまわり整体院)

講師紹介: 東洋医学の鍼灸×漢方×運動療法を学ぶ趣味はトライアスロン40年トレーニングに励んでいる

☆ 新文化講座 子ども講座 募集中「書道(玄心会)」

開講予定 第2&4 火曜日 15:00~

講師 若松青羅 先生 (玄心会)

対象 小学生以上~おとなまで

概要 毛筆・硬筆

書くことを楽しむことが大切

4月に体験講座を実施予定

予定] 4月14日&28日

☆ 教養講座 日本史講座

日時: 4月25日(土)

13:30分~

場所: 大津茂公民館

テーマ:

「豊臣政権を評価する」

天下統一を成し遂げた豊臣政権は、日本社会にどのような影響を及ぼしたのか。現在の歴史学の成果を踏まえて検討したい。

講師: 坪田淳志 氏

立命館大学文学部人文科学研究所

客員研究員

☆ 新文化講座(予定) 体験のご案内

「無理しないエアロビクス」

音楽に合わせて無理のない動きで身体をほぐし、

心身ともに元気になる講座。激しい動きはせずに関節や筋肉にやさしい動きを中心に行う。体力に自信のない方も安心してご参加いただけます

開講予定 第2&4火曜日 10:00~

講師 吉井章子 先生

(エアロビクス指導歴20年インストラター)

体験実施日時 講座生募集中

4月14日(火) 10:00~

4月28日(火) 10:00~

運動のできる服装&靴、飲み物、タオル

ご希望ご興味のある方☎連絡お待ちしております

体験講座につき無料講座となります

☆ 新文化講座(予定) 体験のご案内「バレトン」

「バレトン」とは

バレエ・ヨガ・フィットネスの動きを組み合わせた体にやさしいエクササイズ。姿勢を整え足腰を安定させ転びにくい体作りを目指す。ダイエット効果・疲れにくい身体になる・ネットクス効果・怪我防止のための体幹作り

開講予定 第1&3火曜日 10:00~

講師 吉井章子 先生

(バレトン指導歴10年インストラター)

体験実施日時 講座生募集中

4月7日(火) 10:00~

4月21日(火) 10:00~

体験講座につき受講無料

☆ スマホ講座開催

日時: 5月20日 13:30~

スマホの悩み解消&話題のchatGTP

いい感じに役立つ操作をマナフ

ご参加お待ちしております

子ども縁日: 5月9日 実施予定