

# 花田公民館だより



令和7年9月号

## 楽しく歌って健康に

～フレイル予防で健康寿命をのばす～  
を合言葉に「健康歌声サロン」(地域講座)  
を年4回実施されている水砂先生の文化講座です。季節の歌・なつかしの名曲をピアノの生伴奏で月1回、楽しく歌っています。歌いながら体を動かしたり、楽器を鳴らしたりして、心とからだをすっきりリフレッシュ！脳の活性化にもつながる手話ソングにもチャレンジ中。若返りが期待できる講座です。



皆様も一緒に歌いませんか。

◇講師：水砂 恵 先生

◇活動日：第3木曜日 月1回  
10時～11時30分

## 絵手紙

現在、指導して下さる講師の先生が不在ですが、代表を中心に、各自持参したものを楽しく描いています。花田公民館で、一緒に楽しみませんか。

◇活動日：第1・3水曜日  
10時～11時間30分



昨年度の「文化のつどい」で展示発表をしました。

【講座で使う道具】

すずり、墨、筆、顔彩はがき 等を使って、作品を完成させています。見学に来てください。

## 子ども書道・硬筆

「手本をよく見て、丁寧に書く」ことを目標にし、個に応じた指導をさせていただきます。先生の教室をまわりながらの指導で、ひとり一人が自分の課題を知り、繰り返し練習しながら課題を克服していました。上達すること間違いなし。

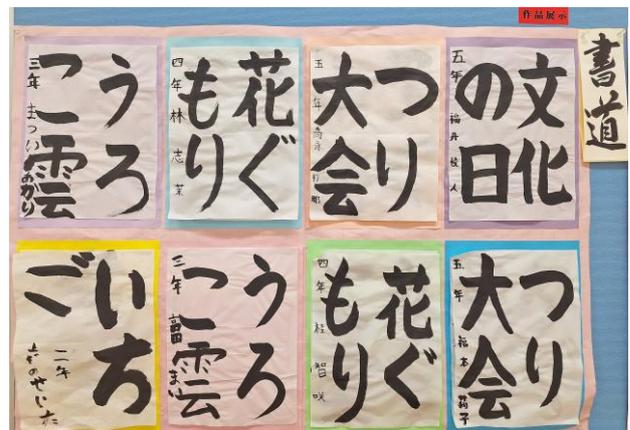
花田公民館で人気の文化講座です。

是非一度、見学か お子様に体験入学をさせてみませんか。

◇講師：重田 哲子 先生

◇活動日：第2・4土曜日  
午後1時～2時

最近の作品



## 健康講座 14日(日)10時

- ・あごの症状と肩こりについて
- ・あごの問題と、歯痛・頭痛
- ・顔の歪み とあごについて

あごのマッサージの伝授あり。

## 小顔効果も期待

◇講師：こばやし鍼灸接骨院  
小林 優二 院長

※地域講座ですので、無料です。  
花田公民館へお越しください。

# 9月の予定

太字は教養講座・地域講座です。材料費等の  
必要な場合がありますが、受講料は無料です

花田公民館電話  
252-5798

○：午前 ●：午後 ☆：夜間

月	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
曜 は 休 館	<b>2</b> ○歴史教室 ●3B体操	<b>3</b> ○絵手紙	<b>4</b> ○転倒予防体操	<b>5</b> ○3B体操 ○カラオケ ●生け花 ☆3B体操	<b>6</b> ○大正琴 ●子ども絵画	<b>7</b> ○社交ダンス
休 館	<b>9</b> ○市デジタル 戦略室 (国勢調査説明) ●老人クラブ	<b>10</b> ○朗読 ○ヨガ	<b>11</b> ○転倒予防体操 ○親子ヨガ	<b>12</b> ○カラオケ ○ハワイアンフラ ☆3B体操	<b>13</b> ○ふれあい喫茶 ○子育てサロン ●子ども将棋 ●子ども書道硬筆 ●将棋クラブ ☆民生定例会	<b>14</b> ○健康講座 ○パソコン ☆防犯第2
休 館	<b>16</b> ●3B体操	<b>17</b> ○絵手紙	<b>18</b> ○楽しく歌って 健康に	<b>19</b> ○3B体操 ○カラオケ ●生け花 ☆連合自治会	<b>20</b> ○大正琴 ●子ども絵画	<b>21</b> ○社交ダンス
休 館	<b>23</b> ●3B体操	<b>24</b> ○朗読 ○ヨガ	<b>25</b> ○転倒予防体操	<b>26</b> ○ハワイアンフラ ☆3B体操	<b>27</b> ●子ども将棋 ●子ども書道硬筆 ●将棋クラブ	<b>28</b> ○パソコン
休 館	<b>30</b> ○スマホ	【老人クラブ通信】 9月9日(火)すこやかセンター 10月25日(土)楽寿園				

◇【文化のつどい】に参加します。

9月15日(月) 東市民センター

(1) 校区作品展の部 (1F 展示室) 午前11時～午後3時30分

「パソコン、子ども書道・硬筆」の2講座

(2) 舞台発表の部 (2F 大ホール) 正午～午後3時頃の予定

「楽しく歌って健康に、カラオケ」の2講座

【書き初め】に挑戦する講座 (「子ども居場所づくり」の地域講座なので無料です)

- 実施日等 (1)11月1日(土) 13:00～ 2階 会議室 ・画仙紙に書いてみよう  
(2)12月6日(土) 13:00～ 2階 会議室 ・年始に適した、ことばを書こう  
(3)1月6日(火) 10:00～ 2階 会議室 ・書き初めに挑戦しよう

○対象 基本:3日間参加できる小学生、先着20名です。 ※花田公民館に ご連絡をください