

公民館だより 2月号

令和7年1月20日発行

◆◆◆田結公民館講座のご案内◆◆◆ 49-1111

◇飯盛公民館講座◇ 48-0049

【ストレッチ教室】

☆運動不足・腰痛・肩こり解消・柔軟性アップなどに効果があります。

〔日 時〕
2/14、2/21、2/28（金曜日）
13:30～15:00

〔場 所〕
飯盛ふれあい会館
〔対 象〕成人 20人

☆申込締切日 2月6日(木曜日)

【手話講座】

☆手話を基礎から学びながら、楽しい夜を過ごしましょう。

〔日 時〕
2/18、3/4、3/11(火曜日)
19:30～21:00

〔場 所〕
飯盛ふれあい会館
〔対 象〕成人 15人

☆申込締切日 2月17日(月曜日)

【いもり高齢者講座】

☆三重先生と一緒に、脳トレや歌、ゲームなどで楽しみましょう。

〔日 時〕 2月20日（木曜日）10:00～12:00
〔場 所〕 飯盛ふれあい会館
〔対 象〕 高齢者及び成人

☆当日参加可

【田結すこやか大学】

☆人権についての講話を聞きます。

〔日 時〕
2月20日(木曜日)13:30～15:30

〔場 所〕
田結公民館

〔対 象〕
高齢者 30人

☆申込締切日 当日参加可

【おうちヨガでリフレッシュ！】

☆自宅でできるヨガの呼吸法と簡単なポーズを学びます。

〔日 時〕
2月21日、28日(金曜日) 13:30～15:30

〔場 所〕
田結公民館

〔対 象〕
成人 15人

☆申込締切日 2月13日(木曜日)

こんな講座がありました

クラフト講座(クリスマスリース作り)

12月3日(火)に、松本すま子先生と宮本君予先生を講師に迎え、エコクラフトでクリスマスリース作りに挑戦しました。和気あいあいとした賑やかな雰囲気、素敵な作品が出来上がりました。



田結すこやか大学

12月19日(木)に、牧野みどり先生を講師に迎え、ヨガマットを使った体のストレッチや健康体操、グループに分かれてゲームで脳トレなど、笑い声が絶えない楽しいひと時となりました。



12/11 冬のガーデニング講座

八江農芸の満明寺先生の指導でガーデニング講座を開催。正月用に玄関を彩る、寄せ植え作りを基本から学びました。参加者からは、「寄せ植えで、新年を迎えることができます」と、大喜びでした。



12月の講座

吉田洋子先生を講師に、正月用のフラワーアレンジメントを学びました。床の間や玄関用に各自思い思いに正月用にアレンジしながら、楽しい時間を過ごすことができました。



12/26 生け花講座