

# 公民館だより 8月号

令和7年7月18日発行

## ◇ 飯盛公民館講座 ◇ 48-0049

### 【親子ドローン体験】

★親子でドローン操縦に挑戦します。

〔日 時〕  
8月19日(火曜日)  
10:00~12:00  
〔場 所〕  
飯盛ふれあい会館  
〔対 象〕 小学生親子 10組

★申込締切日 8月12日(火曜日)

### 【リンパマッサージ講座】(全2回)

★体内の老廃物を流す、マッサージを学びます。

〔日 時〕  
8月22日、29日(金曜日)  
13:30~15:30  
〔場 所〕  
飯盛ふれあい会館  
〔対 象〕 成人 20人

★申込締切日 8月14日(木曜日)

### 【夏のスイーツ講座】

★冷やして食べる焼き菓子とデザートを作ります。

〔日 時〕 8月26日(火曜日)10:00~12:00  
〔場 所〕 飯盛ふれあい会館  
〔対 象〕 成人 16人  
〔料 金〕 1,200円

★申込締切日 8月12日(火曜日)



### いいもり高齢者講座

6/26の木曜日、大塚製薬の森岡剛先生を講師に迎え、熱中症対策セミナーを開催しました。熱中症の仕組みや水分補給のタイミング、食事と睡眠の大切さなどを学びました。

### こんな講座がありました

### 春の健康体操(3回)

5/23、5/30、6/6の金曜日、渋谷加津子先生の指導で春の健康体操を実施しました。音楽を聴きながら、ボールを使った運動やストレッチ体操でさわやかな汗をかきました。



## ◇◆◇田結公民館のお知らせ◇◆◇ 49-1111

【田結すこやか大学】は8月の講座はありません。  
9月の講座は公民館だより9月号でお知らせします。

### 出前講座(りんどうの会)

6月2日(月)に、中田 涼子先生を講師に迎え、繭玉(まゆたま)づくりの出前講座を開催しました。素敵な柄で色とりどりのかわいい繭玉が完成しました。



### こんな講座がありました

### 出前講座(はつらつサロン)

6月12(木)に、三重 式美先生を講師に迎え、出前講座を開催しました。椅子に座ったままでできる健康体操や紙コップを使った数字合わせゲームなどのレクリエーションを行い、楽しい時間を過ごされました。



### 田結すこやか大学

6月19日(木)に、武次 寛先生を講師に迎え、今年度2回目の田結すこやか大学を開催しました。「懐かしい歌謡曲、楽しく歌って健康増進」をテーマに、曲と曲の間に先生の楽しい話をお聞きしながら、素敵な時間を過ごされました。



### 手芸講座(全2回)

6月20日、27日(金)に、田中 須美子先生を講師に迎え、ヨーヨーポーチ作り挑戦しました。小ぶりで可愛いポーチにヨーヨーを取り付け、素敵な作品ができあがりました。

