

令和6年度 若松公民館



講座 募集のご案内



読み聞かせボランティア養成講座

～入門編～

定員

10名

日時

令和6年5月22日(水) 10:00～

場所

若松公民館 多目的ホール1

読み聞かせボランティア活動をされたい方、興味のある方、参加してみませんか？絵本の好きな方など、どなたでも参加していただけます。

女性のための「健康づくり栄養」講座

～不足している栄養素を知る～

定員

30名

講師 明治安田生命

日時

令和6年5月29日(水) 10:30～

場所

若松公民館 多目的ホール

*講座後に骨健康チェック測定会があります。参加は自由です。

必要な栄養素は取れていますか？

バランスの良い食事の組み合わせでご家族も健康に！

不足した栄養素を補うメニューのポイントを紹介します。

お申込みは、窓口またはお電話で4月25日(木)より受け付けます。

059-385-1919 (平日9:00～17:00) でお願ひします。

令和5年度 若松公民館サークル一覧

No.	サークル名	活動週	曜日	時 間
1	シニア輝き	第 2・4	日	9:00~12:00
2	詩吟クラブ	第 2・4		13:00~15:00
3	カラオケ愛好会	第 1・2・3・4		14:00~16:00
4	太極拳Ⅰ	第 1・2・3・4	月	10:00~11:30
5	楽しい絵手紙	第 1・3		10:00~12:00
6	女性家庭料理	第 2		10:00~12:00
7	男性料理	第 3		10:00~12:00
8	健康体操さわやか	第 1・2・3		13:00~14:00
9	パッチワーク	第 1・3		13:30~15:30
10	若鈴サークル	第 1・2・3・4		19:00~21:00
11	3B体操	第 1・2・3・4	火	9:00~10:00
12	雄弘ヨーガ(A)	第 1・3		10:10~12:00
13	雄弘ヨーガ(C)	第 2・4		10:10~12:00
14	津軽三味線	第 1・2		10:00~12:00
15	バレトン&ヨガ	第 1・3		13:00~14:30
16	大 正 琴	第 1・3		13:30~15:30
17	書 道	第 2・4		13:30~15:30
18	スポーツ(社交)ダンス	第 1・2・3・4	水	19:00~21:00
19	編 物 (A)	第 1・3	木	9:30~11:30
20	編 物 (B)	第 2・4		9:30~11:30
21	はじめてのパソコン	第 1・3		10:00~11:30
22	コーラス「コスモス」	第 2・4		10:00~11:30
23	茶道	第 1・3		9:30~12:00
24	転ばぬ先の予防体操	第 1・3		13:00~15:00
32	若松写真サークル	第 1		13:30~16:30
25	断 酒 会	第 2・4	19:00~21:00	
26	太極拳Ⅱ	第 1・2・3・4	金	10:00~11:30
27	着 付 け	第 1・3		9:30~11:30
28	雄弘ヨーガ(B)	第 2・4		10:00~12:00
29	デジカメクラブ	第 1		13:00~15:30
30	「光太夫」古文書を読む会	第 2・4		13:30~15:00
31	クラシックギター	第 1・2	土	10:00~12:00

若松公民館 予定表

日	曜日	予 定
4月		
21	日	
22	月	
23	火	
24	水	若松公民館運営委員会9:30～・第1回サークル代表者会議14:00～
25	木	
26	金	
27	土	
28	日	
29	月	昭和の日
30	火	
5月		
1	水	ふれあいライブラリー15:30-16:00
2	木	
3	金	憲法記念日
4	土	みどりの日
5	日	こどもの日
6	月	振替休日
7	火	
8	水	子育て支援「まつっこ」10:00～
9	木	
10	金	
11	土	
12	日	
13	月	
14	火	
15	水	さわやか教室10:00～
16	木	
17	金	
18	土	
19	日	
20	月	
21	火	
22	水	読み聞かせ講座10:00～ ふれあいライブラリー15:30-16:00
23	木	
24	金	
25	土	
26	日	
27	月	
28	火	
29	水	健康づくり栄養講座10:30～
30	木	
31	金	いきいき教室13:30～