

ふれあいセンターだより (玉垣西公民館)

平成30年2月5日発行 鈴鹿市ふれあいセンター
鈴鹿市南玉垣町6600 TEL・FAX 386-1144



平成30年度

サークル生募集

平成30年度公民館サークルを4月より開講いたします。気楽に楽しく生涯学習に参加してみませんか。受講を希望される方は、下記の要領でお申し込みください。

- 申込期間 2月8日(木)～22日(木) 9:00～16:30 (土・日曜日・祝日は除く)
ただし2月17日(土)は 9:00～12:00 で受付
- 申込場所 ふれあいセンター(玉垣西公民館)受付窓口
- 申込方法 窓口設置の「申し込み票」に記入し、期間内に直接本人が申し込む。(家族可)
- その他
 - ◇2月26日に申込者数をふれあいセンター1Fロビーに掲示する。
 - ◇応募者が定員を超えた場合は、2月23日に申込期間内のすべての方を抽選して決定する。但し、抽選は玉垣・桜島地区の方を優先。(抽選は事務局立ち会いのもと、運営委員会の委員によって行う。)
 - 抽選の結果、サークルに入会できない方には後日事務局より連絡するが、入会できた方には連絡しない。
 - ◇受講希望者が少ない場合はサークルを開講できない。(参加人数は5人以上を確保)
 - ◇開講日はそれぞれのサークルの欄に記載してあるので個々に確認すること。

公民館サークルとは・・・(鈴鹿市地域協働課資料より)

- ・原則として地域住民を主体としたメンバーによる活動であること
地域住民が自ら企画し運営に当たることが必要である。代表者及び会計担当者の選出が必須となる。
目的、学習期日、学習内容、学習方法、講師等の年間計画が立てられていること
メンバーによる参加費で運営されていること
- ・参加費の根拠が明確に示されていること
市の「講師謝礼基準」に基づき、講師への謝金をサークル生の間で決め、その合計を参加人数で除して参加費を決定する。
- ・住民が平等に参加できる機会を与えられていること(毎年各公民館の全地域住民を対象として参加者を募集する)
- ・原則5人以上の参加者をもって成立する。(公民館施設の有効活用を目指すために決定する)
- ・学習内容が生涯学習としてふさわしいものであること
文化的、趣味的、現代的課題、教養の向上、健康増進を図る、その他住民ニーズに応じた学習内容

平成30年度 サークル一覧

	サークル名	曜日・時間	定員	備考	開始日
1	書道	第1・3 (木) 9:30~11:30	15	初めての方大歓迎です。文字で楽しく遊びましょう。	4月5日
2	水墨画	第2・4 (火) 13:00~15:00	13	和気あいあいと楽しく先生にマンツーマンで教えていただけます。	4月10日
3	水彩	第2・4 (木) 9:30~11:30	30	手軽に楽しめる水彩画を生涯の趣味として、始めてみませんか？	4月12日
4	絵手紙	第2・4 (火) 13:30~15:30	15	各々の好きな題材を好きな様に描いて、皆で談笑もし、楽しんでいきます。	4月10日
5	現代紙工芸	第1・3 (土) 9:00~11:00	10	色々な工芸品を作ってみませんか？	4月7日
6	華道 嵯峨御流	第1・2・3 (火) 18:30~20:30	15	お花を好きな方、どなたでも歓迎します。	4月3日
7	華道 池坊	第2・4 (木) 13:30~15:00	15	初心者の方でも先生にていねいに指導して頂けます。	4月12日
8	花いきいきクラブ	第2・4 (火) 14:00~16:00	12	四季折々の花に触れながら、楽しくお稽古しています。	4月10日
9	和裁	第1・2・3 (水) 9:30~11:30	14	自分や家族の着物、飾れるミニ着物を自分の手で作ってみましょう。	4月11日
10	押し花①	第2 (水) 9:30~11:30	7	季節の草花を押し乾燥、いつでも見られる作品を楽しく作ります。	4月11日
11	押し花②	第2 (水) 13:30~15:30	7	季節の草花を押し乾燥、いつでも見られる作品を楽しく作ります。	4月11日
12	手編み①	第1 (金) 9:00~11:00	10	棒針編みとかぎ針編みを希望に応じ、作品を編んで頂けます。	4月6日
13	手編み②	第2 (金) 9:00~11:00	10	棒針、かぎ針を使った作品を編みます。初めての方はベストからです。	4月13日
14	囲碁	第1・2・3・4 (金) 13:00~15:00	20	初心者、女性の方歓迎します。和気あいあいと楽しくやっています。	4月6日
15	折り紙	第2 (金) 13:30~15:30	30	紙があればどこでも指先を使って頭の体操ができます。	4月13日
16	ビーズジュエリー①	第1 (土) 10:00~12:00	10	未経験の方歓迎です。自分だけの手作りアクセに挑戦しましょう。	4月7日
17	ビーズジュエリー②	第4 (土) 10:00~12:00	10	未経験の方歓迎です。自分だけの手作りアクセに挑戦しましょう。	4月28日
18	あみもの小物 (旧 レース編み)	第1・3 (水) 13:30~15:30	8	色々な編み方で作る小物づくりを一緒に楽しみましょう。	4月4日
19	着物着付け教室	第3・4 (金) 10:00~12:00	9	一人で着物が着られる。そんな楽しみを一緒に感じてみませんか？	4月20日
20	俳句	第3 (火) 13:30~15:30	20	日本の言葉の美しさ、意味の深さを「五七五」で詠みませんか？	4月17日
21	英会話・午前	第1・2・3・4 (金) 10:00~11:30	15	簡単な日常会話や旅行会話をシンプルな英語で楽しく学びましょう。	4月6日

	サークル名	曜日・時間	定員	備考	開始日
22	英会話・午後	第1・2・3・4 (金) 13:00~14:30	15	簡単な日常会話や旅行会話をシンプルな英語で楽しく学びましょう。	4月6日
23	韓国語・入門	第1・3 (金) 19:00~21:00	10	カナダラの構成を理解し、簡単な読み方が出来る方を募集します。	4月6日
24	韓国語・初級	第2・4 (金) 19:00~21:00	18	~へヨ体のような文法を使って簡単な日常生活の会話を練習します。	4月13日
25	茶道 裏千家	第1・2・3・4 (火) 13:30~15:30	10	立ち居振舞いの美しさと利休の奥深い心を楽しみ学びましょう。	4月3日
26	煎茶道売茶流	第1・3 (土) 13:30~15:30	10	日ごろ飲んでるお茶を美味しく入れる基本を気楽に習いませんか。	4月7日
27	料理教室	第3 (水) 9:30~12:00	24	手軽に出来るお料理とお菓子などを作ります。皆様どうぞお越しを！	4月18日
28	男性料理教室	第2 (土) 9:30~12:00	24	料理のできない男性達が面白おかしく先生の御指導で調理しています。	4月14日
29	飾り巻き寿司	第4 (木) 10:00~12:00	12	巻いて楽しく、切ってドキドキ、食べておいしい巻き寿司教室です。	4月26日
30	手作りパン①	第1 (金) 9:30~13:00	12	みんなで楽しく、おいしい手ごねのパンを作りましょう。	4月20日
31	手作りパン② (初級)	第2 (金) 9:30~13:00	12	おいしい手ごねのパンを楽しく作りましょう。(初めての方歓迎)	4月27日
32	手作りパン③	第3 (土) 9:30~12:00	12	とってもおいしい手ごねパン。初心者の方でもおいしく焼けます。	4月21日
33	カラオケふれあい	第2(木)10:00~12:00 第4(金)13:00~15:00	10	歌を楽しく唄える様になりたい方は、是非参加してください。	4月12日
34	カラオケフレンド	第1・3 (水) 13:00~15:00	25	演歌は気持ちが若返り、心が豊かになります。楽しく歌いましょう。	4月4日
35	歌でふれあい	第2・4 (水) 13:30~15:30	50	童謡や唱歌を歌い、身も心もリフレッシュしましょう。男声大募集！	4月11日
36	新舞踊	第1・2・3・4 (土) 13:00~15:00	7	初めての方でも楽しく踊ります。	4月7日
37	日舞・新舞踊	第1・2・3・4 (水) 13:30~15:30	7	会員の協調性を重んじ、楽しく日々努力しています。	4月4日
38	津軽三味線	第1・2・3・4 (木) 14:00~16:00	15	新しい体験を思い切ってやってみましょう。脳と両手を使って！	4月5日
39	民話を楽しむ会	第2・4 (木) 13:30~15:30	10	鈴鹿、三重の地元から日本や世界の民話を持ちよって語る暖かい会。	4月12日
40	ヨガ①	第1・2・3・4 (火) 9:00~10:30	16	ゆったりした腹式呼吸で身体のすみずみまでほぐします。(女性限定)	4月3日
41	ヨガ②	第1・2・3・4 (火) 10:30~12:00	16	ゆったりした腹式呼吸で身体のすみずみまでほぐします。(女性限定)	4月3日
42	YOGA	第1・2・3・4 (金) 19:00~20:30	25	自分の心と身体を労り、自分の呼吸に合わせて気持ち良く動かそう。	4月6日

	サークル名	曜日・時間	定員	備考	開始日
43	健康体操①	第1・2・3・4 (火) 9:00~10:00	30	年相応の健康体操、わきあいあいで楽しいですよ！！	4月3日
44	健康体操②	第1・2・3・4 (火) 10:00~11:00	30	中高年向けの楽しい教室で心身ともにリフレッシュしましょう。	4月3日
45	健康体操③	第1・2・3・4 (火) 11:00~12:00	30	みんな笑顔いっぱい、楽しく汗を流して心も身体もリフレッシュ！	4月3日
46	シニアの健康体操	第1・3 (水) 9:30~11:00	20	男性を対象とした教室です。筋力アップで足腰元気！！	4月4日
47	太極拳 ①	第1・2・3・4 (木) 18:30~20:00	30	腹式呼吸を取り入れたストレッチと太極拳の基本の型を練習します。	4月5日
48	太極拳 ②	第1・2・3・4 (木) 20:00~21:30	30	腹式呼吸で内部を整え、身体の軸を整える太極拳の型を練習します。	4月5日
49	ストレッチ&リズム体操	第1・2・3 (火) 18:45~19:45	12	ストレッチと筋トレ、音楽に合わせて楽しく心身供にリフレッシュ。	4月3日
50	やさしい3B体操 <small>(旧 いすに座って3B体操)</small>	第2・4 (土) 9:30~11:00	20	楽しくみんなで体操しましょう！！	4月14日
51	ジュニア3B体操	第2・4 (土) 11:10~12:10	10	遊びを取り入れながら全身を鍛え、体づくり。(幼~低学年対象)	4月14日
52	社交ダンス	第1・2・3・4 (木) 14:00~16:00	25	運動不足とストレス解消に楽しく踊りましょう。男女共、初心者歓迎。	4月5日
53	スポーツ社交ダンス①	第1・2・3・4 (土) 13:00~13:40	5	初心者の方、基本ステップを習いませんか？	4月7日
54	スポーツ社交ダンス②	第1・2・3・4 (土) 14:00~16:00	20	健康のため、体を動かすダンスを踊りましょう！	4月7日
55	フォークダンス	第1・3 (金) 13:30~15:30	30	楽しく踊りましょう！外国のフォークダンス。日本の曲のレクダンス。	4月6日
56	フラダンス①	第1・3 (火) 13:00~14:30	15	初めての方も楽しく皆んなで踊りましょう。	4月3日
57	フラダンス②	第1・3 (火) 14:40~16:10	15	フラで心も身体もリフレッシュ。みんな楽しく踊りましょう。	4月3日
58	ふれあいウォーキング	年間5~6回(月) 9:30~11:30	30	ウォーキングを楽しみながら、体づくりや仲間づくりをしましょう。初回到活動内容を決めます。	4月2日
59	親子でプレ幼稚園	第1・3 (金) 10:00~11:15	17	リズム・集団遊び・季節感ある知育制作を楽しみ、園に行く準備を。(4/1現在 2歳3ヶ月以上)	4月20日
60	3B親子体操 パンダ	第2・4 (水) 9:40~10:40	20	親子一緒に身体を動かしたり、ゲーム等で親子の絆を深めます。(4/1現在 1歳以上)	4月11日
61	3B親子体操 ねんね・うさぎ	第2・4 (水) 10:50~11:50	20	親子のスキンシップを大切に。ねんね(0歳児)、うさぎ(1歳以上)の合同クラスです。	4月11日
62	みんなと楽しくリトミック にじ	第2・4 (金) 10:00~10:45	12	いろいろな音楽を体験し、感受性、リズム感を伸ばしましょう。(4/1現在 2歳以上)	4月13日
63	みんなと楽しくリトミック ほし	第2・4 (金) 11:00~11:45	12	いろいろな音楽を体験し、感受性、リズム感を伸ばしましょう。(4/1現在 2歳以上)	4月13日

ふれあいセンター【サークル一覧表】

平成29年度

	サークル名	曜日	時間
1	フラダンス①	第1・3 火曜	13:00~14:30
2	フラダンス②	第1・3 火曜	14:40~16:10
3	絵手紙	第2・4 火曜	13:30~15:30
4	水墨画	第2・4 火曜	13:00~15:00
5	花いきいきクラブ	第2・4 火曜	14:00~15:30
6	俳句	第3 火曜	13:30~15:30
7	華道 嵯峨御流	第1・2・3 火曜	18:30~20:30
8	茶道 裏千家	第1・2・3・4 火曜	13:30~15:30
9	ヨガ①	第1・2・3・4 火曜	9:00~10:30
10	ヨガ②	第1・2・3・4 火曜	10:30~12:00
11	健康体操①	第1・2・3・4 火曜	9:00~10:00
12	健康体操②	第1・2・3・4 火曜	10:00~11:00
13	健康体操③	第1・2・3・4 火曜	11:00~12:00
14	ストレッチ&リズム体操	第1・2・3 火曜	18:45~19:45
15	押し花①	第2 水曜	9:30~11:30
16	押し花②	第2 水曜	13:30~15:30
17	シニアの健康体操	第1・3 水曜	9:30~11:00
18	レース編み	第1・3 水曜	13:30~15:30
19	カラオケフレンド	第1・3 水曜	13:00~15:00
20	和裁	第1・2・3 水曜	9:30~11:30
21	料理教室	第3 水曜	9:30~12:30
22	歌でふれあい	第2・4 水曜	13:30~15:30
23	3B親子体操 パンダ	第2・4 水曜	9:40~10:40
24	3B親子体操 うさぎ	第2・4 水曜	10:50~11:50
25	民話を楽しむ会	第2・4 水曜	19:00~21:00
26	日舞・新舞踊	第1・2・3・4 水曜	13:30~15:30
27	書道	第1・3 木曜	9:30~11:30
28	水彩	第2・4 木曜	9:30~11:30
29	華道 池坊	第2・4 木曜	13:30~15:30
30	津軽三味線	第1・2・3・4 木曜	14:00~16:00
31	社交ダンス	第1・2・3・4 木曜	14:00~16:00
32	太極拳①	第1・2・3・4 木曜	18:30~20:00
33	太極拳②	第1・2・3・4 木曜	20:00~21:30
34	飾り巻き寿司	第4 木曜	10:00~12:00
35	手作りパン①(上級)	第1 金曜	9:30~13:00
36	手作りパン②(初級)	第2 金曜	9:30~13:00

37	カラオケふれあい	第1・3 金曜	13:00~15:00
38	手編み①	第1・3 金曜	9:00~11:00
39	親子でプレ幼稚園 つくし	第1・3 金曜	9:45~10:45
40	親子でプレ幼稚園 たんぽぽ	第1・3 金曜	11:00~12:00
41	フォークダンス	第1・3 金曜	13:30~15:30
42	折り紙	第2 金曜	13:30~15:30
43	手編み②	第2・4 金曜	9:00~11:00
44	みんなと楽しくリトミック にじ	第2・4 金曜	10:00~10:45
45	みんなと楽しくリトミック ほし	第2・4 金曜	11:00~11:45
46	着物着付け教室	第3・4 金曜	10:00~12:00
47	英会話・午前	第1・2・3・4 金曜	10:00~11:30
48	英会話・午後	第1・2・3・4 金曜	13:00~14:30
49	囲碁	第1・2・3・4 金曜	13:00~15:00
50	韓国語 初級	第2・4 金曜	19:00~21:00
51	韓国語 入門	第1・3 金曜	19:00~21:00
52	ユニバーサルYOGA	第1・2・3・4 金曜	19:00~20:30
53	ビーズジュエリー①	第1 土曜	10:00~12:00
54	男性料理教室	第2 土曜	9:00~12:30
55	手作りパン③	第3 土曜	9:30~13:00
56	ビーズジュエリー②	第3 土曜	13:30~15:30
57	現代紙工芸	第1・3 土曜	9:00~11:00
58	煎茶道売茶流	第1・3 土曜	13:30~15:30
59	椅子に座って3B体操	第2・4 土曜	9:30~10:30
60	ジュニア3B体操	第2・4 土曜	11:45~12:15
61	新舞踊	第1・2・3・4 土曜	13:00~15:00
62	スポーツ社交ダンス①	第1・2・3・4 土曜	13:00~13:45
63	スポーツ社交ダンス②	第1・2・3・4 土曜	14:00~16:00

ふれあいセンター

3 月

日	曜日	予 定
1	木	
2	金	
3	土	
4	日	
5	月	
6	火	
7	水	
8	木	配本/ふれあいライブラリー 14:30~15:00
9	金	
10	土	
11	日	
12	月	
13	火	
14	水	
15	木	
16	金	
17	土	
18	日	
19	月	
20	火	
21	水	春分の日
22	木	配本/ふれあいライブラリー 14:30~15:00
23	金	
24	土	
25	日	
26	月	
27	火	
28	水	
29	木	
30	金	
31	土	