

# 公民館通信 かわの



平成30年2月20日号  
鈴鹿市河田町370-10

鈴鹿市立河曲公民館  
TEL・FAX 382-5837

全戸配布

## 平成30年度 サークル生募集

河曲公民館では、平成30年度のサークル活動を下記のとおり計画しました。  
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：平成30年3月1日（木）～3月20日（火）9：00～17：00  
【土・日・祝祭日は公民館事務所の窓口は休みです。】
- 申込場所：河曲公民館 事務所窓口
- 申込方法：①サークル申込書に必要事項を記入し、河曲公民館窓口へ提出してください。  
②1サークルにつき1枚記入してください。  
③出来る限り、本人が公民館窓口へ提出してください。  
④申込用紙が不足する場合は公民館窓口にもあります。  
※申込書に記入された情報は公民館活動以外には使用しません。
- 運営協力費：1サークルにつき年間300円です。（サークルの初回開講日に集めます。）
- 活動期間：平成30年4月1日～平成31年3月31日
- 受講料：サークルの参加人数・回数・内容によって異なります。（教材費は別途必要）
- その他：①希望者が多い場合は、申込み締切日までに受け付けた地域の新規会員を優先し、以下サークル基本方針の順になります。  
②定員に達しない場合は、締切後も随時入会を受け付けます。  
③申込人数が5名に満たない場合は、開講できません。  
④公民館から連絡が無ければ初回開講日にお越しください。  
※詳細は公民館窓口にお問合せください。
- お問い合わせ：Tel059-382-5837（FAXも同じ）  
※確認にお時間をいただくこともありますので、御理解、御了承ください。

※次ページ枠外の備考は昨年度募集を基準にしています。

きりとり

### 河曲公民館 サークル申込書

サークル名		受付日		年	月	日	
ふりがな		性別		□ 新規申込み			
名前		男・女		生年月日			
住所		年				月	日
連絡先	自宅						
	携帯						

	サークル名 講師名(敬称略)	活動日時		サークルからのコメント	定員	初回 開講日
		活動週	時間			
1	新舞踊	月曜日	午前	脳の活性・運動にもよく若さが保てますよ。楽しく笑い合いながら練習しています。皆様一度のぞいてみてください。	15	4/2
●	00 00	1 2 3	9:30 ~ 12:00			
2	大正琴	月曜日	午後	ナツメロや童謡をいっしょに弾きませんか。初心者大歓迎です。ていねいに指導していただけます。お待ちしております。	15	
●	00 00	1 3	13:30 ~ 15:30			
3	書道	月曜日	午前	自筆の書を軸や額にして楽しまれては…楽しく学習しています。気軽にご参加ください。	15	
	00 00	1 3	9:30 ~ 11:30			
4	暮らしの書	月曜日	午後	筆を持つことにより心落ちつき、静寂な時間を…のし袋、名前・住所、写経など。(希望があれば、ペン字も出来ます。10マスノート・黒のボールペンが持ち物です)	20	
	00 00	1 3	13:30 ~ 15:00			
5	韓国語	月曜日	夜間	ハングル読み書き出来る人歓迎します。楽しく一緒に勉強しましょう。	10	
	00 00	1 3	19:00 ~ 21:00			
6	押し花②	月曜日	午後	花や自然が大好きな仲間と季節の花を作品にして、押し花の楽しさを共有しませんか?	7	4/9
☆	00 00	2	13:00 ~ 15:30			
7	パッチワーク①	火曜日	午前	布大好きのお友達の集まりで、日常生活の中で活用出来る作品を自分のペースで作成しています。	12	
	00 00	1 3	10:00 ~ 12:00			
8	スクエアステップ・サロン	火曜日	午後	脳を活性しながらステップを踏むだけの簡単な運動で転倒予防や認知機能を上げるサークルです。みんなでわきあいあい楽しいですよ。	30	4/3
	00 00	1 3	13:30 ~ 15:30			
9	嵯峨御流(生花)	火曜日	夜間	季節のお花を玄関や床の間に飾り、生活に潤いをそえます。お稽古は楽しい会話が弾みます。	15	
	00 00	1 3	19:00 ~ 21:00			

備考 ☆新規サークル ●活動日時変更 ○名称変更



	サークル名 講師名(敬称略)	活動日時		サークルからのコメント	定員	初回 開講日
		活動週	時間			
10	パッチワーク② 〇〇 〇〇	火曜日 2 4	午前 9:30 ~ 11:30	日常生活の中で活用出来る物を自分好みの布を使い布大好き友達と楽しく製作しています。自分のペースで無理なく作っています。	10	4/10
11	フォークダンス 〇〇 〇〇	火曜日 2 4	午前 10:00 ~ 12:00	とても楽しいので皆様おいで下さい。	20	
12	絵手紙 〇〇 〇〇	火曜日 2 4	午前 10:00 ~ 12:00	自分の描きたい花や果物や野菜、キャラクターなど好きな物を好きなように描いて絵手紙を楽しみます。	10	
13	あみもの 〇〇 〇〇	火曜日 2 4	午後 13:00 ~ 15:00	テキストを使って編み物の基本から始めます。家に眠っている毛糸や編み直したい糸を使って編んでみましょう。	12	
14	3B体操 〇〇 〇〇	火曜日 2 4	夜間 19:30 ~ 21:00	ボール・ベル・ベルターの用具を運動の助けとして使用しながら、すべての動きを音楽に合わせて行う健康体操です。	15	4/17
15	着物きつけ 〇〇 〇〇	火曜日 3 4	午後 13:30 ~ 15:30	洋服から着物にチェンジ! タンスに眠っている着物を出して着てみませんか? 個々のペースで学べます。	12	
16	太極気功 〇〇 〇〇	水曜日 1 3	午後 13:30 ~ 15:00	和気あいあいとした中にも、チョッピリ厳しさもあり、体の調子も良くなります。一度お試しください。	20	4/4
17	水墨画 〇〇 〇〇	水曜日 1 3	午後 13:30 ~ 15:30	毎月2回、楽しく練習しています。はじめての方、大歓迎。入会を待っています。	12	4/11
18	ピラティス&ストレッチ① 〇〇 〇〇	水曜日 2 3 4	夜間 19:30 ~ 21:00	胸式呼吸を用いながらストレッチを中心とした動きで体の奥の筋肉を鍛えます。体幹を鍛え、しなやかな身体を手に入れましょう!	16	
19	きめこみ 〇〇 〇〇	水曜日 3	午後 13:30 ~ 15:30	干支や風景、四季の花などのパッチワーク風の壁掛けや押絵がキットで、楽しくたでも簡単に作れます。	12	4/18
20	ふるさと探検隊 ☆	水曜日 4	午前 10:00 ~ 12:00	古代から現代に至る歴史や文化を知り、地域の町づくりにつなげるワイワイガヤガヤと学び合う自主的なサークルです。	20	4/25
21	ふれあいクッキング 〇〇 〇〇	水曜日 4	午前 9:30 ~ 13:00	食の健康を考え、身近な材料で裏ワザを習い、レパートリーを広げつつ交流を図りましょう。	15	4/5
22	深雪アートフラワー 〇〇 〇〇	木曜日 1 3	午後 13:30 ~ 16:00	白い布を切って染色し、花に形作ります。テーブルフラワー、コサージュ、鉢植え等を製作します。	10	
23	民謡(川崎会) 〇〇 〇〇	木曜日 1 3	午後 13:30 ~ 15:30	日本各地の民謡を三味線の音に合わせて、大きな声を出して唄います。	15	

備考 ☆新規サークル ●活動日時変更 ○名称変更

	サークル名 講師名(敬称略)	活動日時		サークルからのコメント	定員	初回 開講日
		活動週	時間			
24	パンとお菓子 〇〇 〇〇	木曜日	午前 9:30 ~ 12:30	ていねいな指導のもと、和気あいあいと楽しく料理とパンを作ります。	10	4/12
		2				
25	池の坊(生花) 〇〇 〇〇	木曜日	午前 10:00 ~ 12:00	季節の花々を皆でおしゃべりしながら楽しく生けています。お花好きの方は、一度見学に来てくださいね。	10	4/13
		2	4			
26	こども書写 ※子供対象 〇〇 〇〇	木曜日	午後 15:00 ~ 17:00	幼稚園児、低学年の子は(15:00 ~)硬筆から始めます。高学年は(16:00~)硬筆の文章を書きます。希望者は毛筆も出来ます。	20	4/20
		2	4			
27	カラオケしゃくやく 〇〇 〇〇	木曜日	午後 13:00 ~ 15:00	ヴォーカルトレーニング、楽典指導、歌唱指導を行なっています。音楽療法なども取り入れて楽しく習っています。	10	4/19
		2	4			
28	フォト講座 ☆ 〇〇 〇〇	木曜日	夜間 19:00 ~ 21:30	生涯学習として写真知識・機能操作の習得・作品作りに意欲的に取り組もうと考えておられる方、初心者の方にはベテランの方が教えます。	30	4/13
		2				
29	押し花① 〇〇 〇〇	木曜日	午前 9:30 ~ 12:00	花や自然が大好きな仲間と季節の花を作品にして、押し花の楽しさを共有しませんか？	7	4/20
			3			
30	ヨガ+健康体操 〇 〇〇 〇〇	金曜日	午前 9:30 ~ 11:00	ゆったり、ゆっくり、体をほぐしましょう。 気持ちよくリフレッシュしたら、心もイキイキしてきます！	16	4/13
		2	3	4		
31	うた仲間 〇〇 〇〇	金曜日	午後 13:30 ~ 15:00	童謡・唱歌を中心に、今流行りの歌なども取り入れてみんなで楽しく歌いましょう。新規の方のみ教本(1,080円)を購入します。	55	4/20
		2	4			
32	ピラティス&ストレッチ② ☆ 〇〇 〇〇	金曜日	夜間 19:30 ~ 21:00	胸式呼吸を用いながらストレッチを中心とした動きで体の奥の筋肉を鍛えます。体幹を鍛え、しなやかな身体を手に入れましょう！	16	4/20
		2	3	4		
33	なかよレクッキング 〇〇 〇〇	金曜日	午前 9:30 ~ 12:30	シニア世代の男女混合サークルです。古市先生の指導のもと、明るく楽しく和洋中の料理にチャレンジしています。	16	5/11
			3			
34	フォト写輪 〇〇 〇〇・〇〇 〇〇	金曜日	夜間 19:00 ~ 21:30	初心から丁寧に2、3年先を見据えて、市展・県展・その他、作品作りを主としたパソコンの学習を行います。	30	4/7
		2	3			
35	にじいろ(絵画造形) ※子供対象 〇〇 〇〇	土曜日	午前 9:00 ~ 12:00	子供達のアートに対する「楽しい!」と「大好き!」を大切に活動しています。にじいろで一緒に個性の花を咲かせましょう!!	15	4/14
		1	3			
36	グラスアート 〇〇 〇〇	土曜日	午前 9:30 ~ 11:30	スタンドグラス風の作品を作ります。初心者の方でも簡単にできます。体験会もできます。(公民館まで申し込みを)500円です。	10	4/14
		2				
37	鈴鹿竹の会 〇〇 〇〇	土曜日	午後 13:30 ~ 15:30	身近な真竹などを使って、花かごや手かごなど実用的な作品を制作しています。	10	4/1
		2	4			
38	カラオケききょう 〇〇 〇〇	土曜日	午後 13:30 ~ 15:30	基礎のヴォーカルトレーニングもしています。みんなで楽しく和気あいあいと歌っています。皆様の御参加をお待ちしております。	10	4/1
		2	4			
39	空手道(糸東流) 〇〇 〇〇	日曜日	夜間 19:00 ~ 21:00	空手の大会で上位入賞を目指したい人・健康のため体を動かしたい人など、老若男女を問わず募集します。	20	
		1	3			

備考 ☆新規サークル ●活動日時変更 ○名称変更

# 平成29年度 河曲公民館サークル一覧

NO	サークル名	曜日	活動週	時間	使用場所
1	新舞踊	月	2 3 4	9:30 ~ 12:00	ホール
2	大正琴		2 4	13:30 ~ 15:30	和室
3	書道		1 3	9:30 ~ 11:30	和室
4	暮らしの書		1 3	13:30 ~ 16:00	ホール
5	韓国語		1 3	19:00 ~ 21:00	ホール
6	パッチワーク②	火	2 4	9:30 ~ 11:30	研修室
7	フォークダンス		2 4	10:00 ~ 12:00	ホール
8	絵手紙		2 4	10:00 ~ 12:00	和室
9	あみもの		2 4	13:00 ~ 15:00	ホール
10	3B体操		2 4	19:30 ~ 21:00	ホール
11	パッチワーク①		1 3	10:00 ~ 12:00	ホール
12	S・健サロン(スクエアステップ)		1 3	13:30 ~ 15:30	ホール
13	着物きつけ		3 4	13:30 ~ 15:30	和室
14	嵯峨御流(生花)	1 3	19:00 ~ 21:00	ホール	
15	太極気功	水	1 3	13:30 ~ 15:00	ホール
16	ピラティス&ストレッチ		2 3 4	19:30 ~ 21:00	和室
17	水墨画		1 3	13:30 ~ 15:30	和室
18	きめこみ		3	13:30 ~ 15:30	研修室
19	ふれあいクッキング		4	9:30 ~ 12:00	研修室
20	パンとお菓子①	木	2	9:30 ~ 13:00	研修室
21	池の坊(生花)		2 4	10:00 ~ 12:00	ホール
22	こども書写		2 4	15:00 ~ 17:00	ホール
23	カラオケしゃくやく		2 4	13:00 ~ 15:00	和室
24	パンとお菓子②		1	9:30 ~ 13:00	研修室
25	押し花		3	9:30 ~ 12:00	研修室
26	深雪アートフラワー		1 3	13:30 ~ 16:00	ホール
27	民謡(川崎会)		1 3	13:30 ~ 15:30	和室
28	フォト講座(上級)		2	19:00 ~ 21:30	ホール
29	フォト講座(写真実践)		3	19:00 ~ 21:30	ホール
30	フォト講座(中級)		4	19:00 ~ 21:30	ホール
31	ヨガ	金	2 3 4	9:30 ~ 11:00	和室
32	うた仲間		2 4	13:30 ~ 15:00	ホール
33	フォト写輪		2 3	19:00 ~ 21:30	ホール
34	なかよしクッキング		3	9:30 ~ 13:00	研修室
35	ガラスアート	土	2	9:30 ~ 11:30	ホール
36	鈴鹿竹の会		2 4	13:30 ~ 15:30	ホール
37	カラオケききょう		2 4	13:30 ~ 15:30	和室
38	にじいろ		1 3	9:30 ~ 12:00	ホール
39	空手道(糸東流)	日	1 3	19:00 ~ 21:00	ホール

## 河曲公民館

3 月

日	曜日	予 定
1	木	
2	金	
3	土	
4	日	
5	月	ふれあいライブラリー 11:00～
6	火	
7	水	
8	木	
9	金	
10	土	
11	日	
12	月	
13	火	
14	水	わたしの町⑥ 10:00～ 放課後子ども教室⑯ 14:30～
15	木	
16	金	
17	土	
18	日	
19	月	ふれあいライブラリー 11:00～
20	火	
21	水	春分の日
22	木	
23	金	
24	土	
25	日	
26	月	
27	火	
28	水	サークル代表者会議1部 10:00～ 2部 19:00～
29	木	
30	金	
31	土	