



箕田公民館だより

第1号

鈴鹿市中箕田町 1131-1

Tel.059-382-5202

平成30年4月20日

高齢者成人学級「夢倶楽部」受講生募集！

新しい知識の習得と健康づくりをめざして、ためになる講座を用意しています。
音楽療法、かんたんストレッチ、おいしく学ぶ介護予防、リンパマッサージ、防災講座、おなかの健康講座の6回を予定。皆勤賞もありますので、ぜひご参加ください。
受講希望の方は、5月31日（木）までに公民館窓口かお電話でお申し込みください。

第1回 夢倶楽部

楽しい音楽療法 ♪

日時 6月15日（金）10:00～11:30
参加費 無料
持ち物 水分補給のお茶など



サークル生 追加募集中

定員に空きのあるサークルは、随時参加の申し込みができます。詳細は公民館までお問い合わせください。

平日 8:30～17:15

ふれあいライブラリー

15:30～16:00

4月25日（水）

5月16日（水）



★貸し出しは開館時いつでもOKです！

今後の予定

❖公民館運営委員会総会 4月20日（金）19:00～

❖サークル代表者会議 4月26日（木）13:30～

箕田地区ボランティアなでしこ会より 募集案内

お手伝いをしていただけませんか？

なでしこ会は、料理作りのボランティアグループです。毎年、5月31日と10月31日に行われる、一人暮らし高齢者の昼食会の用意を担当しています。皆様に喜んでいただき、やりがいを感じているところです。しかし現状では、人数が不足してきており、お手伝いしていただける方を募っています。ボランティアはやってみたいけど、何から始めようか迷っている方、是非ともお仲間になってください！ご応募をお待ちしています。



箕田地区ボランティアなでしこ会

※箕田公民館（Tel. 382-5202）までお電話ください。代表者に取り次ぎいたします。

平成29年度 箕田公民館 サークル一覧表

		サークル名	活動日	時 間	備 考
1	月曜日	書 道	第1・第3	9:30~11:30	自筆の軸や色紙を書いてみませんか。かな書道、硬筆など何でも習えます。
2		バレトン	第1・第3	10:00~11:30	バレエ&フィットネス&ヨガを組み合わせた、今人気のエクササイズです。
3		夢見草歌謡教室	第2・第4	13:00~15:30	歌の奥深さに感想しつつ楽しく練習しています。
4		さわやかサークル	第1・第3	13:30~15:00	フォークダンス中心に楽しく踊っています。
5		子供新体操	第1・第3	15:45~16:45	新体操の初級クラスです。お子様の情操教育にも役立ちます。
6		ヨガ 【新】9月より	第1	10:00~11:30	和室で行います。少人数なので、ていねいに教えていただけます。
7	火曜日	パ ン	第2	9:30~12:30	初心者対象のパン教室です。一緒にパン作り、お菓子作りを楽しみましょう。
8		いけばな	第2・第4	10:00~11:30	嵯峨御流。お部屋にお花を飾って、生活に潤いを。
9		気 功	第1・第3	10:00~11:30	健康増進、ストレス解消など、心身の健康づくりをしましょう。
10		3B体操	毎週	10:30~11:30	音楽に合わせて、ボールなどを使って運動しています。
11		カラオケA	毎週	13:30~15:30	新しい歌の世界を体験できる教室です。皆で楽しく歌っています。
12	水曜日	水彩画教室	第1・第3	9:30~11:30	透明水彩画教室です。描きたい絵が描けます。
13		民 踊	第2・第4	9:30~11:30	地元民謡、盆踊り等唄に合わせて楽しく踊っています
14		ストレッチと転倒予防体操	第1・第3	9:30~10:30	継続的に運動を続けましょう。正しい姿勢で見た目も若々しく美しく！
15		健康体操SGM	毎週	13:00~15:00	定期的に、楽しく体を動かして健康づくりをしましょう
16		空 手	毎週	19:00~21:00	糸東流。護身術として、また健康や精神修養に大変役立ちます。
17	木曜日	デジカメクラブ	第1	9:30~11:30	ちょっとしたアドバイスで、いつもの写真が、さらに魅力あるものに！
18		太極拳	毎週	10:00~11:30	楊名時太極拳。気のめぐりが良くなり、健康になりますよ。
19		手編み	第1・第3	13:30~15:30	自分の編みたい物を教えてもらえます
20	金曜	着付け	第2・第4	13:30~15:30	タンスに眠っている着物をもう一度着てみませんか
21	土曜日	歌謡教室あじさい	第2・第4	9:30~11:30	カラオケ教室です。楽しく歌って心身のリフレッシュをしましょう
22		水墨画	第2	10:00~11:30	紙と墨と水の織りなす美しい画と一緒に楽しみましょう。
23		フラダンス	第1・第3	10:30~12:00	初めての方も基本から教えて貰えます。踊ることやハワイが大好きな方一緒に始めましょう。
24		フラメンコ	毎週	12:30~15:30	経験5~6年以上レベルのクラスです。
25		民舞踊	第2・第4	13:30~15:30	歌謡、舞踊等を楽しんでいます。ご一緒に踊りましょう。
26		将棋道場	第1・第3	13:30~16:30	将棋を指すのが大好きな仲間が集まっています。
27		パッチワーク	第1・第3	14:00~16:00	一針、一針に思いを込めて、個性ある作品作りをしています。
28		お抹茶	第3	19:00~21:00	表千家。初心者大歓迎です。
29	日曜	スポーツ吹矢	第1・第3	10:00~12:00	あなたも楽しみながら、スポーツ吹矢式呼吸で健康に！見学歓迎。

箕田公民館

5 月

日	曜日	予 定
1	火	
2	水	
3	木	憲法記念日
4	金	みどりの日
5	土	こどもの日
6	日	
7	月	
8	火	
9	水	
10	木	
11	金	
12	土	
13	日	
14	月	
15	火	
16	水	ふれあいライブラリー 15:30~16:00
17	木	
18	金	みだっこ① 10:00~11:30
19	土	
20	日	
21	月	
22	火	
23	水	
24	木	
25	金	
26	土	
27	日	
28	月	
29	火	
30	水	ふれあいライブラリー 15:30~16:00
31	木	ひとり暮らし高齢者昼食会(地区社協)