

椿 たより

平成 30 年 4 月 20 日

鈴鹿市立椿公民館

電話 371-1786

FAX 371-1924

新しい自由な参加型教室です。参加者を募集します！

にこにこ健康講座

参加費無料

今年度から新しい公民館事業『にこにこ健康講座』を開催します。

6月から来年の3月まで、月に1回、第1水曜日の日に定期的で開催します。

各回、さまざまな内容を予定しております。椿公民館に集まった地域の皆さんと一緒に

“にこにこ”と笑って楽しい時間を過ごしませんか。毎月、公民館だよりでお知らせしていきます。毎回、出席できなくても大丈夫です。

どうぞ、お気軽に椿公民館へお集まり下さい。



【内 容】現時点での予定ですので、変更になる場合もあります。毎月お知らせしていきます。

第1回	6月6日	音楽レクリエーション	第6回	11月7日	懐かしい映画鑑賞②
第2回	7月4日	おなか元気教室	第7回	12月5日	姿勢から考える健康
第3回	8月1日	懐かしい映画鑑賞①	第8回	1月9日	スクエアステップ
第4回	9月5日	シニアの生き方研究会	第9回	2月6日	防犯教室
第5回	10月3日	美味しく学ぶ介護予防	第10回	3月6日	お楽しみ会

【日 時】 6月から来年3月までの年間10回開催します。

第1週めの水曜日の午前10時～12時

＜ ご注意 ＞ 1月のみ、第2週めの水曜日に変更になります。

【参加者】 椿地区住民の方。男女関係なく、どなたでも参加できます。

【申込み】 下記の参加申込書にご記入のうえ、5月18日（金）までに

椿公民館へお持ち下さい。お電話でも受け付けいたします。

（公民館電話：371-1786 平日8時30分～17時15分）



切り取り線

椿公民館宛 < にこにこ健康講座 参加申込書 >

お名前 : _____ ふりがな : _____

ご住所 : 鈴鹿市 _____ 男・女

TEL番号 : _____

平成30年度 椿公民館サークル一覧表

	サークル名	活動日		時 間
1	民 舞	月曜日	第 1 週	13 : 00 ~ 15 : 00
2	3B体操	月曜日	第 1・3 週	10 : 00 ~ 11 : 30
3	ヨガ	火曜日	第 2・4 週	14 : 00 ~ 15 : 00
4	男の料理	水曜日	第 2 週	9 : 30 ~ 12 : 30
5	大正琴 (昼)	水曜日	第 2・4 週	13 : 30 ~ 15 : 00
6	大正琴 (夜)	水曜日	第 2・4 週	19 : 30 ~ 21 : 00
7	韓国語 初級	1・3水曜日	第 2・4 週	20 : 30 ~ 21 : 30
7	フラダンス	木曜日	第1・2・3・4週	19 : 00 ~ 22 : 00
8	コーラス	木曜日	第 2・4 週	14 : 00 ~ 15 : 00
9	書 道	金曜日	第 2・4 週	9 : 30 ~ 11 : 30
10	フラワーデザイン	金曜日	第 2 週	14 : 00 ~ 16 : 00

椿公民館

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	ふれあいライブラリー 10:00~10:30
11	金	
12	土	
13	日	
14	月	
15	火	
16	水	
17	木	
18	金	
19	土	
20	日	
21	月	
22	火	
23	水	
24	木	ふれあいライブラリー 10:00~10:30
25	金	
26	土	
27	日	
28	月	
29	火	チーズを美味しく楽しむ会 13:30~15:00
30	水	
31	木	