

# 国府公民館だより



## 熟年料理サークル、再開します！

コロナで、休講中のサークルが、5月から再スタートします！

家庭料理，季節に合わせた素材を使い、先生が作ったレシピで作ります。楽しくお料理しましょう！

曜日・時間：第3月曜 9：00～13：00 初回は5／20

定員：15人（8人以上で開講）

講師：

持ち物：エプロン、三角巾、ふきん1枚、米100g

月謝：月1,000円程度

申し込み：4／15～4／30の間に、下記受講申込書を提出してください。  
先着順に受付します。



## スクエアステップ講座 定員増加します。

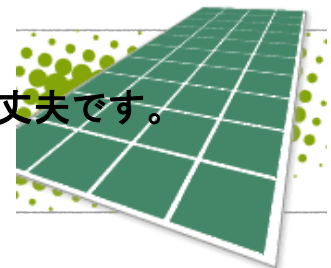
定員：20名→25名

日時：第2火曜 10：00～11：30

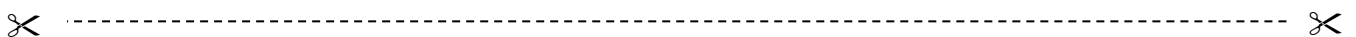
初回は4／9ですが、5月から参加でも大丈夫です。

参加費：無料

ご希望の方は、公民館まで連絡ください。



※4月からスタートするサークルで定員に達していない場合は、いつでも申し込みすることができます。



### 令和6年度 国府公民館サークル受講申込書

新規 ・ 継続

サークル名	氏名	年齢	住所・電話
	ふりがな	64歳以下	電話（ ）
	男・女	65歳以上	

## ★狂犬病予防集合注射のご案内★

国府公民館 4月21日(日) 8:15~9:00  
詳しい内容については、3/5号広報すずかP9を  
ご覧ください。



## ★配本／ふれあいライブラリー★

4月18日、5月2日 14:30~15:00  
図書館職員が巡回し読書相談や新刊案内等をします。  
事前に本の貸し出し予約をすると、上記日程に受け取ることができます。  
利用方法は、公民館までお問い合わせください。



## 🍷🦋🌻🍷🦋🌻 事業報告 🍷🦋🌻🍷🦋🌻

### ●高齢者教室行いました 3/5

今年度初めて行った高齢者教室。30名の方にご参加いただき、3月最後の回。  
タンパク質がたくさんとれるメニューを講師に考えていただき、みんなで手分けして作り  
ました。10月からスタートしましたが、いろいろな体験を通して、参加者同士のつながりも  
できました。令和6年度は、6月からスタート予定です。4/20号で募集をしますので、公民  
館だよりをチェックしてくださいね。ご参加ありがとうございました。



### ●スクエアステップ講座行いました 3/12

今年度も20名の方に参加いただき、毎回笑い声がたえない講座  
となりました。講師の方には大変お世話になり、ありがとうございました。  
令和6年度も4月からスタート。定員を少し増加します。



## 人事異動により職員が変わりました

1日でも早く皆様のお役に立てるよう努めてまいりますので、ご指導賜りますよう、よろし  
くお願いいたします。  
(玉垣地区市民センター兼玉垣公民館より)

4月から神戸公民館へ異動となりました。地域の皆様には大変お世話なり、本当にありが  
とうございました。新たな職場でも頑張っていきたいと思っております。

# サークル一覧表

国府公民館 令和5年度

	サークル名	曜日	時間
1	スポーツダンスすずらん	第1・3・4月曜	19：30～21：30
2	手作りパン	第2月曜	9：00～13：00
3	三味線	第2・4月曜	9：30～11：30
4	スポーツダンスひまわり	第1・2・3・4火曜	13：15～15：15
5	民謡	第1・3水曜	9：30～11：30
6	囲碁	毎週水曜	13：00～16：30
7	ヨガ	第1・3・4水曜	14：00～15：30
8	歌謡クラブ [カラオケ]	第1・2・3水曜	19：30～21：30
9	書道	第1・2・4水曜	19：30～21：30
10	ふるさとゼミ(休講中)	第2水曜	13：30～15：30
11	華道 [嵯峨御流]	第1・3木曜	9：30～11：30
12	気功	第1・3木曜	10：00～11：30
13	絵手紙	第1・3木曜	13：30～15：30
14	パソコン	第1・3木曜	13：30～15：30
15	着付け	第1・3木曜	19：30～21：30
16	水墨画	第2・4木曜	9：30～11：30
17	太極拳	第1・3金曜	13：00～15：30
18	楊名時八段錦太極拳	第2・4金曜	10：00～11：30
19	カラオケ国府教室	第2・4金曜	13：00～15：30
20	茶道 [裏千家]	第1・3土曜	13：30～15：30
21	うたおう会	第1・3土曜	13：00～15：30
22	さわやか3B [3B体操]	第2・4土曜	10：00～11：30
23	奇術クラブ	第2・4土曜	13：30～15：30

国府公民館 予定表

日	曜日	予 定
4月		
21	日	
22	月	
23	火	
24	水	
25	木	
26	金	
27	土	
28	日	
29	月	昭和の日
30	火	
5月		
1	水	
2	木	ふれあいライブラリー 14:30~15:00
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	
9	木	
10	金	
11	土	
12	日	
13	月	
14	火	スクエアステップ講座② 10:00~11:30
15	水	
16	木	
17	金	
18	土	
19	日	
20	月	グラウンドゴルフ大会 8:30~
21	火	
22	水	
23	木	ふれあいライブラリー 14:30~15:00
24	金	グラウンドゴルフ大会予備日
25	土	ふれあい教室② 9:30~11:30
26	日	
27	月	
28	火	
29	水	
30	木	
31	金	