



# 夢協公民館だより



鈴鹿市稲生塩屋三丁目 2-34 TEL059-387-0479

令和 6 年 3 月 20 日号



地域の皆様に安心してご参加いただける事業を計画します。

詳細は「公民館たより」で随時発信します。♪ご参加お待ちしております♪



## 公民館事業 参加者募集!

稲生地区の方が対象です。先着順ではありません。応募多数の場合は抽選になります。公民館からの連絡がない場合は参加していただけます。参加費は当日集金します。材料準備の都合上、直前のキャンセルは参加費が発生する場合があります。申し込み用紙に記入後、公民館事務所または郵便受けに入れてください。申し込み期間は令和 6 年 3 月 19 日(火)~4 月 5 日(金)です。

### ① 寄せ植え教室~感謝を込めて母の日に~

日時 5月7日(火) 10:00~11:00  
場所 稲生公民館 ホールI  
定員 30名 参加費 2,000円  
持ち物 持ち帰りの袋または段ボール  
講師 (有)はるみ園



昨年度の作品です。花材は替わります

### ②健康身体づくり教室(全3回)

昨年度好評の講座です。今年度は1回の人数を絞って実施します。ぜひ、ご参加ください。

日時 ①5/13(月)②6/10(月)③7/8(月) 9:30~10:30

応募者が多数の場合は2部に分けます(1部 9:30~10:30・2部 10:45~11:45の予定)

場所 稲生公民館ホールI

定員 12名 参加費:無料 講師:理学療法士

持ち物 動きやすい服装、上靴、タオル、水分補給の飲み物、あればマット

※公民館からの連絡がなければ1部の時刻(9:30)にお越しください。

### ③シニア教室・春(全4回)

音楽と運動で楽しく元気に過ごせますように、ご参加をお待ちしています。

日時 ① 5/8 (水) 音楽を楽しむ 13:30~15:00

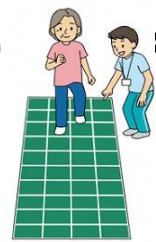
②6/12(水) スクエアステップ 13:00~14:30

③7/17(水) スクエアステップ 13:00~14:30

④8/30(金) 三線の音色楽しむ 13:30~15:00

定員 30名(65歳以上の方) 参加費 無料

持ち物 水分補給の飲み物、②③の時は動きやすい服装、上靴、タオル



切りとり

令和6年度 公民館事業申込書

お名前( )

電話番号( )

地区名( )年齢( )

<input type="checkbox"/>	① 寄せ植え教室
<input type="checkbox"/>	② 健康身体づくり教室
<input type="checkbox"/>	③ シニア教室・春

※参加希望の講座に○をつけてください。

稲生地区社会福祉協議会主催 お申し込みは、3/19(火)からです。稲生公民館 **387-0479** へお電話ください。  
 先着順です。定員になり次第締切ります。電話受付は平日 9:00~17:00 です。

**【子育てサロン参加者を募集します】**

日時	場所	内容	募集人数	募集開始
4/16(火) 10:00~11:30	稲生公民館 ホール	ママ達のエクササイズ	15組(30人)程	3/19~

**【さわやかサロン参加者を募集します】**

日時	場所	内容	募集人数	募集開始
4/23(火) 13:30~15:00	稲生公民館 ホール	運動機能向上プログラム	30人	3/19~

子育て支援



# 令和6年度 「稲生子育てサロン」へのおさそい

主催 稲生地区社会福祉協議会 共催 稲生公民館運営委員会

**子育てサロンの参加者を募集します!**

親子で遊べる場、ママがホッとできる場を提供し、子育ての応援をします。

ご希望者の方は、稲生公民館 **387-0479** へお電話ください(平日の9時~17時)。先着順です。

申し込みの際に住所、氏名、電話番号をお知らせください。定員になり次第締切ります。

**【子育てサロン 時間 10:00~11:30 場所 稲生公民館ホール】**



日にち	内容	募集開始
4/16(火)	ママ達のエクササイズ	3/19~
5/21(火)	子育て支援センターりんりん	4/16~
6/18(火)	バランスボールで『有酸素運動とボディメイク』(定員あり)	5/20~
9/17(火)	ママ達のエクササイズ	8/20~
10/15(火)	リンパヨガ	9/17~
11/19(火)	バランスボールで『有酸素運動とボディメイク』(定員あり)	10/15~
12/17(火)	クリスマス会・親子ふれあい遊び	11/19~
1/21(火)	バランスボールで『有酸素運動とボディメイク』(定員あり)	12/17~
2/18(火)	ママ達のエクササイズ	1/20~
3/18(火)	お楽しみ会・バランスボールで『有酸素運動とボディメイク』	2/18~

7月・8月はお休みです



<おねがい>

稲生地区社会福祉協議会会長 児島 芳光  
 // 理事(主任児童委員) 岩本維久子  
 // 理事(主任児童委員) 鈴木 圭子

「稲生子育てサロン」を手伝ってくださるボランティアの方を募っています。ご協力いただける方はぜひ見に来て下さい。

ふれあいライブラリー 令和6年4月1日(月)・15日(月)・30日(火) 15:30~16:00

連休中に読書はいかがですか?ひとり5冊まで借りられます。

## 令和5年度 稲生公民館サークル

No.	曜日	サークル名	週	活動時間
1	月	抹茶(裏千家)	第 1・2・3・4	10:00~12:00
2		囲碁(上級)	第 1・2・3	13:15~16:45
3		さくら会(洋画)	第 1・3・4	9:30~11:30
4		さくらんぼの会(洋画)	第 1・2・4	13:30~15:30
5		稲花(詩吟)	第 1・2・3・4	13:30~15:30
6		新舞踊	第 2・4	19:30~21:00
7	火	ウッドバーニング	第 1・3	9:30~11:20
8		習字(大人)	第 2・4	13:00~15:00
9		コーラス みもぎ	第 1・3	13:30~15:30
10		雄弘ヨーガ	第 1・3	13:30~15:00
11		ゴスペルフラダンス	第 2・4	10:00~11:30
12		裏千家茶道の基本	第 2	19:30~21:30
13		美文字筆ペン	第 2・4	10:00~11:15
14	水	大正琴(初級)	第 1・3	9:30~12:00
15		3B体操	第 1・2・3・4	10:00~11:00
16		楽しい絵手紙	第 2	13:30~15:30
17		水墨画	第 4(1月休)	13:00~15:00
18		空手道	第 1・2・3・4	19:00~20:30
19	木	囲碁(初級)	第 2・4	9:00~11:50
20		脳トレ・マージャン	第 2・4	9:15~11:45
21		脳トレ体操	第 1・3	10:00~11:00
22		編み物	第 1・3	13:00~15:30
23		ストレッチ体操(昼の部)	第 1・2・3・4	13:30~14:30
24		ストレッチ体操(夜の部)	第 1・2・3・4	20:00~21:00
25	土	生華(午前の部)嵯峨御流	第 1・2・3・4	10:45~12:15
26		生華(夜の部) 嵯峨御流	第 1・2・3・4	19:45~21:15
27		大正琴(中級)	第 1・3	10:00~12:00
28		リンパ・ヨガ	第 1・3	13:30~15:00
29		大人のぬり絵	第 2	9:20~11:30
30		古布手芸	第 3	13:00~15:00
31		八束穂句会(俳句)	第 1	13:00~14:30
32		棒術・空手	第 1・2・3・4	19:00~21:00
33		太極拳	第 1・2・3	10:00~11:30

稲生公民館 予定表

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