

# 公民館通信 かわの

令和7年12月 5日号 鈴鹿市立河曲公民館

TEL 059-382-5837 FAX 059-382-8605



## 令和8年度 河曲公民館 新規サークル開設 募集のお知らせ

公民館では、学習や創作活動、健康増進など様々な目的を持った方々が公民館サークルとして自己研鑽に励んでおられます。令和8年4月の新年度から新たにサークルを開設したい、という方は、ぜひ公民館を学びの場としてご利用ください！

（活動期間は、令和8年4月1日（水）～令和9年3月31日（水）です）

申込方法：地区市民センター窓口でサークル開設申込書をお渡しします。

必要事項を全てご記入のうえ、申込期間内に同窓口まで提出してください。

申込期間：令和7年12月8日（月）～令和8年1月9日（金）

活動日数：週1回かつ月2回まで（第5週は除く）

※原則月2回まで。他サークルとの日程調整出来れば3回まで可。

活動時間：9:00～22:00 内で1回2時間程度（最大3時間まで）

※営利を目的としたサークル活動はできません。

※サークル生の入会申し込み案内は、公民館通信2月20日号で行います。

※参加者が少人数（5名未満）の場合は、開講できません。

※成立に関する条件などの詳しいことは、公民館職員にお問い合わせください。

※現在活動中のサークルの方は、別途お渡し済み  
(サークルファイルに挟んであります) の申込書に記入してください。

### 《忘れ物について》

公民館入り口に、拾得物の箱を設置しています。お心当たりのある方はご確認いただき、ご自分の物があればお持ち帰りください。年末に全て処分いたします。

# ＜参加者 大募集！＞

令和8年  
4月から

## スポーツウェルネス吹矢 サークル 新規開設予定！

スタートは同じ！ みんな初心者！

サークル立ち上げメンバーになって、楽しく活動しませんか？

円形の的をめがけて息を使って矢を放ちます。

高い運動能力や腕力は不要で老若男女問わず、誰でも手軽に楽しめるスポーツです。

新規開設に向けて、下記日程で体験会と開設についての説明会を開催します。

- 日 時：令和8年1月15日（木）10:00～
- 場 所：河曲公民館 2階ホール
- 講 師：スポーツウェルネス吹矢協会  
野原 和生さん
- 定 員：12名
- 参加費：110円（マウスピース代）当日集金
- 持ち物：運動しやすい服装で、上靴、水分、汗拭きタオル



### 《申し込み方法》

河曲地区市民センター窓口か、河曲公民館（382-5837）へ  
お電話でお申し込みください。

※定員になり次第締め切らせていただきますので予めご了承ください。

## 乳幼児教室～節分あそび～

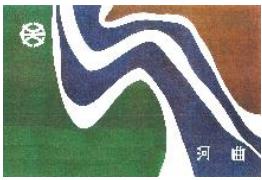
### 【講座日程等】

- 日 時：令和8年1月28日（水）  
10:00～11:30
- 場 所：河曲公民館 1階和室
- 対 象 者：未就学のお子様とその保護者  
地区外の方も大歓迎！
- 定 員：10組程度



### 【申込方法】

令和8年1月16日（金）までに、地区市民センターの窓口か公民館へ  
お電話でお申し込みください。（382-5837）



## ～公民館事業実施報告～

### 乳幼児教室

10月29日 (水)

～ハロウィン～



### そば打ち体験

10月31日 (金)



### 伊勢型紙教室

11月7日 (金)



### 健康増進教室

11月19日 (水)

～自分でできる  
健康な背骨づくり～



### 美文字レッスン

11月6日 (木)

12月4 (木)



### 楽しいさわやか教室

11月5日 (水)

～グラウンドゴルフ～

12月3日 (水)

～明治食育「チョコレート  
の世界へようこそ」～



### 放課後子ども教室

(カワッキー)

11月12日 (水) ~カプラ~

11月26日 (水) ~モルック~

12月10日 (水) ~花苗植・クリスマスサンタゲーム~



### 12月5日 (金) 公民館大掃除&消防訓練

公民館サークル生と公民館運営委員さん等の地域の方々にご参加いただき、令和7年度公民館大掃除&消防訓練が開催されました。消防訓練は避難訓練を行い、通報の仕方・消火器の使い方の確認をしました。また、大掃除に於きましては、普段手の届かない高所や倉庫の片付け等、隅々までキレイにしていただきました。おかげさまで、気持ちよく新年を迎えることが出来そうです(^\_^)

ご参加いただいた皆様、寒い中ありがとうございました！！ お疲れさまでした。

# ★参加受講生 大募集★

## スポーツウエルネス吹矢

再掲

## 令和8年4月から サークル 新規開設予定！

新規開設に向けて、下記日程で体験会と開設についての説明会を開催します。

●日 時：令和8年1月15日（木）10：00～

●場 所：河曲公民館 2階ホール

●講 師：スポーツウエルネス吹矢協会  
野原 和生さん

●定 員：12名

●参加費：110円（マウスピース代）当日集金

●持ち物：運動しやすい服装で、上靴、水分、汗拭きタオル



スタートは同じ！ みんな初心者！  
サークル立ち上げメンバーになって、楽しく活動しませんか？

再掲

## 乳幼児教室 ～節分あそび～



●日 時：令和8年1月28日（水）

10：00～11：30

●場 所：河曲公民館 1階和室

●対 象 者：未就学のお子様とその保護者  
地区外の方も大歓迎！

●定 員：10組程度

## 《整膚体験講座》

★美肌・痩身・病気の予防と健康維持に効果的！  
年齢に関係なく施術することができます。

●日 時：令和8年2月6日（金）

10：00～11：30

●場 所：河曲公民館 2階ホール

●定 員：15名 ●参 加 費：無料

※皮膚を引っ張るので、肌を出せる服装で  
お越しください。

### 【整膚の5つの発見】

- 1.皮膚の弾力性が生まれる
- 2.心地よさが生まれる
- 3.気と血流の循環がよくなる
- 4.筋肉が柔らかくなる
- 5.自分自身が健康になる

上記各講座のお問い合わせ、お申し込みは、河曲地区市民センター窓口か、  
河曲公民館までお電話を。 059-382-5837

※定員になり次第締め切りますので、予めご了承ください。

## 令和7年度 河曲公民館サークル 一覧表

サークル名	活動日	時間	
新舞踊	日曜日	1・2・4	9:00~12:00
書道	月曜日	1・3	10:00~11:30
暮らしの書	月曜日	1・3	13:30~15:00
バレトン	月曜日	2・4	13:30~14:30
なかよしクッキング	火曜日	1	9:00~12:00
パッチワーク①	火曜日	1・3	10:00~12:00
パッチワーク②	火曜日	2・4	9:30~11:30
フォークダンス	火曜日	2・4	10:00~12:00
絵手紙	火曜日	2・4	10:00~12:00
スクエアステップ教室	火曜日	1・3	13:30~15:30
うた仲間Ⅱ	火曜日	2・4	13:30~15:00
着物きつけ	火曜日	3・4	13:30~15:30
ふるさと探検隊	水曜日	2	10:00~12:00
太極氣功	水曜日	1・3	13:30~15:00
よるヨガ	水曜日	2・3・4	19:30~21:00
池の坊	木曜日	2・4	10:00~12:00
民謡	木曜日	1・3	13:30~15:30
深雪アートフラワー	木曜日	1・3	13:30~15:30
カラオケしゃくやく	木曜日	2・4	13:00~15:00
フォト講座	木曜日	2	19:00~21:30
ツボ・ヨガ	金曜日	2・3・4	9:30~11:00
うた仲間Ⅰ	金曜日	2・4	13:30~15:00
フォト写輪	金曜日	2	19:00~21:30
にじいろ(こども対象)	土曜日	1・4	9:00~12:00
グラスアート	土曜日	2	10:00~12:00
空手道	日曜日	1・3	19:00~21:00

## 河曲公民館 予定表

日	曜日	予定
12月		
22	月	ふれあいライブラリー 11:00~11:30
23	火	
24	水	ミニ門松作り 13:30~
25	木	
26	金	
27	土	
28	日	
29	月	休館日
30	火	休館日
31	水	休館日
1月		
1	木	休館日
2	金	休館日
3	土	休館日
4	日	
5	月	
6	火	
7	水	楽しいさわやか教室 10:00~11:30
8	木	
9	金	
10	土	
11	日	
12	月	成人の日
13	火	ふれあいライブラリー 11:00~11:30
14	水	放課後子ども教室 14:30~16:30
15	木	
16	金	
17	土	
18	日	
19	月	
20	火	
21	水	健康増進教室 10:00~11:30
22	木	
23	金	
24	土	
25	日	
26	月	ふれあいライブラリー 11:00~11:30
27	火	
28	水	乳幼児教室（節分遊び）10:00~ / 放課後子ども教室 14:30~16:30
29	木	
30	金	
31	土	