



# たより・椿

令和8年7月5日発行

鈴鹿市立椿公民館  
電話 371-1786  
FAX 371-1924

## ◆ にこにこ健康講座のご案内 ◆

来年2月まで毎月1回開催しています。皆さんお気軽にご参加ください。

### ④「薬剤師さんの話」

【日時】 8月5日(水)  
10:00～

【場所】 椿公民館 ホール  
【講師】 薬剤師 中西昇一先生

お薬の飲み合わせや効果、副作用、保管方法など、日ごろ疑問に思っていることをこの機会に教わりましょう！



介護予防講座 ※椿地区まちづくり協議会 福祉部会と共催

### ⑤「高齢者いきいき体操」

※ 椅子に座ったままできる優しい体操です  
お気軽にご参加ください

【日時】 9月2日(水)  
10:00～

【場所】 椿公民館 ホール  
【講師】 介護予防センター  
鈴鹿清寿苑さん職員

【持ち物】 上靴(お持ちであれば)  
汗拭きタオル

※動きやすい服装でお越しください



## ◆ 活動報告 ◆

### 5月7日(木) にこにこ健康講座① 「出張！ごみ博士」

正しいごみの分別方法や出し方、リサイクルについて学びました。皆さん積極的に質問をされるなど関心が高く、理解を深める機会となりました。



※ 6/3(水)第2回「らくらく3B体操」は台風6号接近により中止となりました

### 6月2日(火) 乳幼児学級ちびっこ広場①「親子でバレトン体験」

先生の美しい動きをお手本に、親子でバレトンを体験しました。親子で一緒に身体を動かし、心も身体もリフレッシュ！初めて会った子どもさん同士も自然に打ち解け、楽しそうな笑顔がたくさん見られました。



## ◆ 健康麻雀教室のご案内 ◆

脳のトレーニングに興味のある方は見学にお越しください。  
女性・初心者の方も参加されています！



日時: 7月8日(水)・22日(水)  
8月12日(水)・26日(水)  
9:00～12:00

場所: 椿公民館 和室 ※イスで行います  
正座が苦手な方も安心してご参加ください！

## ◆ 配本 / ふれあいライブラリー ◆

※ 図書館の職員が巡回します  
リクエストもお受けします  
お気軽にご利用ください

7月 2日(木) 16日(木) 30日(木)  
8月 13日(木) 27日(木)

※10:00～10:30

貸出には図書館の  
貸し出しカードが必要です



もうすぐ **楽しい夏休み!**  
 公民館でいろんなことにチャレンジしましょう!

2026 夏休み こども体験講座 参加者募集

7/29 「ガラスフュージング」

(水)

電気炉でガラスを溶かし溶着させる技法です  
 好きな色のガラスでアクセサリーを作しましょう!

日時: 7月29日(水) 13:30~

場所: 榊公民館ホール

講師: 藤田 恵未さん

参加費: 300円 (当日集金)

定員: 12人

持ち物: 上靴・水筒  
 手拭きタオル

※1~2年生は保護者同伴

※希望者多数の場合は、  
 昨年お断りした方を優先とします



8/3

(月)

「ひょっこりアザラシさんの  
 スノードーム」

アザラシさんが楽しそうに泳ぎます  
 あまりの可愛らしさに見とれてしまいます♥

日時: 8月3日(月) 13:30~

場所: 榊公民館ホール

講師: 山田 友子さん

参加費: 100円 (当日集金)

定員: 15人

持ち物: ハサミ・上靴  
 手拭きタオル・水筒

※1~2年生は保護者同伴



8/4 「タイルアート」

(火)

日時: 8月4日(火) 13:30~

場所: 榊公民館ホール

1cm角のモザイクタイルを12cm角  
 のペニヤ板コボンドで貼ります  
 当日好きな絵柄を選んでください

講師: 鈴鹿建設労働組合  
 スタッフ

参加費: 100円(当日集金)

定員: 25人

持ち物: 使い捨て古ミニタオル  
 手拭きタオル・上靴・水筒



8/6

(木)

☆モスビー君☆を作しましょう

日時: 8月6日(木) 10:00~

場所: 榊公民館ホール

アートミズゴケと多肉植物を使って作ります  
 お部屋に可愛いお友だちを飾りませんか?

講師: すずわさん

参加費: 100円 (当日集金)

定員: 15人

持ち物: 上靴・水筒  
 手拭きタオル



※ 下記の申込書にご記入の上、**7/7(火)までに 担任の先生にお渡しください**

※ 「兄弟での申込み」や「〇〇さんと一緒が良い」などのご希望は備考欄へ ※ 希望者が多数の場合はこちらで調整(高学年を優先)

※ 結果は**7/14(火)に全員に連絡**しますのでご協力願います(当日は留守番電話の設定もお願いします)

※お問い合わせは榊公民館へ 電話 (371-1786) 《平日8:30~17:15(土日祝は休み)》  
 ☒ (tsubaki@city.suzuka.lg.jp)

榊公民館 2026 夏休みこども講座 参加申込書 《7/7(火)締切》

恐れ入りますが担任の先生は  
 お取りまとめください

氏名(フリガナ)	学年	保護者氏名(フリガナ)	必ず連絡のつく電話番号・アドレス	
	年		☎ — — ☒ @	
住所	第1希望には 1 第2希望には 2 第3希望には 3 ( )内にご記入ください			備考
鈴鹿市	山本 大久保 榊 宮 神野 小岐須 小社 追分 その他	( ) 7/29(水)「ガラスフュージング」 ( ) 8/3(月)「ひょっこりアザラシさんのスノードーム」 ( ) 8/4(火)「タイルアート」 ( ) 8/6(木)「☆モスビー君☆を作しましょう」		

## 令和8年度 椿公民館 サークル一覧表

	サークル	活動日		時間
1	3B体操	月曜日	第1・3週	10:00~11:30
2	ヨガ	火曜日	第2・4週	13:30~15:00
3	シニアのためのヨガ	水曜日	第2・4週	13:30~14:30
4	大正琴	水曜日	第2・4週	13:30~15:00
5	コーラス	木曜日	第2・4週	10:30~11:30
6	フラダンス	木曜日	第1・2・3・4週	19:00~22:00
7	書道	金曜日	第2・4週	9:30~11:30
8	フラワーデザイン	金曜日	第2週	14:00~16:00

椿 公民館 予定表

日	曜日	予 定
7月		
1	水	にこにこ健康講座③「こころの健康」10:00～
2	木	配本/ふれあいライブラリー 10:00～10:30
3	金	
4	土	
5	日	
6	月	
7	火	
8	水	健康麻雀教室 9:00～
9	木	
10	金	
11	土	
12	日	
13	月	
14	火	
15	水	
16	木	配本/ふれあいライブラリー 10:00～10:30
17	金	
18	土	
19	日	
20	月	海の日
21	火	
22	水	健康麻雀教室 9:00～
23	木	
24	金	
25	土	
26	日	
27	月	
28	火	
29	水	夏休みこども体験「ガラスヒュージング」13:30～
30	木	
31	金	
8月		
1	土	
2	日	
3	月	夏休みこども体験「ひよっこリアザラシさんのスノードーム」13:30～
4	火	夏休みこども体験「タイルアート」13:30～
5	水	にこにこ健康講座④「薬剤師さんの話」10:00～
6	木	夏休みこども体験講座「☆モスビー君☆を作しましょう」
7	金	
8	土	
9	日	
10	月	

