



# たより・椿

令和 8年 5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。みなさんお気軽にご参加ください

### ② 「らくらく3B体操」

日時： **6月3日(水)** 10:00～  
場所： **椿** 公民館 ホール  
講師： 谷口 美津子さん  
持ち物： **上靴** (お持ちであれば)

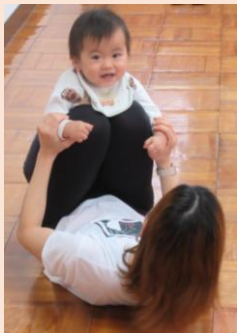
- ※ 動きやすい服装でお越しください
- ※ 介護予防のためのやさしい体操ですので安心してご参加ください

### ③ 「こころの健康」

心の健康について正しく理解し  
周りのひとへの適切な対応方法について  
学びましょう

日時： **7月1日(水)** 10:00～  
場所： **椿** 公民館 ホール  
講師： 鈴鹿市役所 地域医療推進課 職員

## ◆ 乳幼児学級『ちびっこ広場』のご案内 ◆



### 第1回「親子 バレトン体験」

日時： **6月2日(火)** 10:00～  
講師： 田中 陽子 さん  
場所： **椿** 公民館 ホール



※年間スケジュール・お申し込み等の詳細につきましては裏面をご覧ください

## ◆ 健康麻雀教室のご案内 ◆

## ◆ 配本 / ふれあいライブラリー ◆

脳の  
トレーニング

日時： **5月13日(水)** **27日(水)**  
**6月10日(水)** **24日(水)**  
**7月 8日(水)** **22日(水)**  
※9:00～11:30

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



**5月21日(木)**  
**6月 4日(木)** **18日(木)**  
**7月 2日(木)** **16日(木)** **30日(木)**  
※10:00～10:30

※ 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。

貸出時には  
図書館の貸し出しカードが必要です。



# ◆ 乳幼児学級『ちびっこ広場』参加者募集 ◆

0歳からの乳幼児と保護者を対象に乳幼児学級を開催します  
育児中の皆様、お集まりください！

【日時】 6月～2月まで計5回(10:00～11:30)

【場所】 椿公民館 ホール



※現時点での予定ですが  
変更になる場合も  
ありますので  
ご了承願います

- 🌸 6月 2日(火) 「親子 バレトン体験」
- 🌸 9月 15日(火) 「親子 交通安全教室」
- 🌸 10月 6日(火) 「遠足 椿グリーンパーク」
- 🌸 12月 1日(火) 「クリスマス会」
- 🌸 2月 2日(火) 「ママのためのセルフリンパケア」



※令和7年度の様子です  
みなさん楽しく参加されています



※5/25(月)までに下記申込書に  
ご記入の上、公民館までお持ち  
ください 昨年度より継続の方も  
お申し込みをお願いします。  
(電話も可 371-1786)

※名簿作成・緊急連絡のみ使用し  
目的以外の使用は行いません



## 令和8年度 「ちびっこ広場」(乳幼児学級) 参加申込書

フリガナ お子さまの氏名	お子さまの生年月日 R 年 月 日
保護者氏名	自治会名
電話番号	アレルギー ・なし ・あり( )
参加賞としてお菓子(チョコレートを除く)をお渡しして良いですか？	・はい ・いいえ

## 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
5月		
1	金	
2	土	
3	日	憲法記念日
4	月	みどりの日
5	火	こどもの日
6	水	休日
7	木	にこにこ健康講座①「出張ゴミ博士！」10:00～
8	金	
9	土	
10	日	
11	月	
12	火	
13	水	健康麻雀教室 9:00～
14	木	
15	金	
16	土	
17	日	
18	月	
19	火	
20	水	
21	木	配本/ふれあいライブラリー 10:00～10:30
22	金	
23	土	
24	日	
25	月	
26	火	
27	水	健康麻雀教室 9:00～
28	木	
29	金	サークル代表者会議 13:30～
30	土	
31	日	
6月		
1	月	
2	火	乳幼児学級「ちびっこ広場」親子でバレトン地検 10:00～
3	水	にこにこ健康講座②「らくらく3B体操」10:00～
4	木	配本/ふれあいライブラリー 10:00～10:30
5	金	
6	土	
7	日	
8	月	
9	火	
10	水	健康麻雀教室 9:00～

