



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)

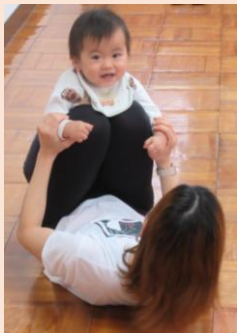
- ※ 動きやすい服装でお越しください
- ※ 介護予防のためのやさしい体操ですので安心してご参加ください

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
6月		
1	月	乳幼児学級「ちびっこ広場」親子でバレトン体験 10:00～
2	火	にこにこ健康講座②「らくらく3B体操」10:00～
3	水	配本/ふれあいライブラリー 10:00～10:30
4	木	
5	金	
6	土	
7	日	
8	月	
9	火	
10	水	健康麻雀教室 9:00～
11	木	
12	金	
13	土	
14	日	
15	月	
16	火	
17	水	
18	木	配本/ふれあいライブラリー 10:00～10:30
19	金	
20	土	
21	日	
22	月	
23	火	
24	水	健康麻雀教室 9:00～
25	木	
26	金	
27	土	
28	日	
29	月	
30	火	公民館大掃除 9:00～
7月		
1	水	にこにこ健康講座②「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	

