回覧

神戸公民館だより

令和７年４月５日発行

神戸公民館：鈴鹿市神戸２丁目１７－４０　　電話：３８３－１２０４

令和７年度神戸公民館 定期講座 参加者募集！

高齢者支援学級

定員 50名

らくらく教室 （全9回）

「体力作りと体力測定」

講師・・・鈴鹿第３地域包括支援センター

第１回 ５月８日（木）10:00～

持ち物・・・飲み物・上靴・動きやすい服装

健康講座

定員 20名

楽しく歌っていきいきリズム

（全8回）

講師・・・木戸口弘子さん

第１回 ５月21日（水）13:30～15:15

持ち物・・・飲み物・上靴・動きやすい服装

詳しくは、裏面へ

らくらく教室（神戸地区にお住いの 65 歳以上の方）

* 参加費は無料ですが、内容によっては材料費が必要な場合もあります。(500 円程度)
* 定員を超えた場合は、先着順とさせていただきます。
* 講座内容によってはクラスをわける場合があります。お申込み時に赤組か白組をお選びください。クラス分けはご希望に添えない場合もあります。

第２回　６月 12 日(木)　10：00～　なぞなぞうた　講師・・枝毛レノンさん
第３回　７月 10 日(木)　10：00～　ウクレレ講座　講師・・ハピレレさん
第４回　９月 11 日(木)　9：00～、10：30～　ボッチャ体験　講師・・スポーツ推進員
第５回 10 月 ９日(木)　10：00～　コレステロール講座(予定)
第６回 11 月 13 日(木)　10：00~　新聞ちぎり絵　講師・・中日新聞社
第７回 12 月 (未定)
第８回 1 月 (未定)
第９回　２月 12 日(木)　10：00～　音楽療法　講師・・みんな De うきうき歌謡団

楽しく歌っていきいきリズム

５月～２月（8、11 月はお休み）、第３水曜日 13:30～15:15

* 童謡・唱歌や季節の歌を歌い、簡単な運動を行います。
  また、先生のピアノに合わせて打楽器の演奏をするなど、頭の体操を行います。
* 定員を超えた場合は、神戸地区の方を優先させていただきます。

＜申込みについて＞

４月 14日（月）9:00～ 公民館窓口にて受付けます。
例年、大変混雑いたしますので、時間に余裕をもってお越しください。
また、お電話での受付けは不可とさせていただきます。

★配本／ふれあいライブラリー★

４月１０日、24 日（木）９：３０～１０：００
図書館職員が巡回し、読書相談や新刊案内等をします。
貸出には、図書カードが必要です。
利用方法は、公民館までお問い合わせください。

令和7年度　神戸公民館サークル　一覧表

サークル名	活　動　日		時　　間
太極拳	月曜日	1・3	9：30～11:30
民謡	月曜日	1・3	13：30～15：30
リズム3B体操	月曜日	1・2・3	19：30～20：30
大正琴	月曜日	2・4	9：30～11:30
大人のぬりえ教室	月曜日	2・4	9：30～11:30
楽しい童謡唱歌	月曜日	3	13：30～15：30
かな書道	火曜日	1・3	13：30～15：30
クラフトバンド	水曜日	1	13：00～16：00
スクエアステップ	水曜日	1・3	9：00～10：00
雄弘ヨーガB	水曜日	1・2・3・4	10：00～12：00
エンジョイストレッチ	水曜日	1・2・3・4	10：30～12：00
文化箏	水曜日	2・4	10：00～12：00
コスモス（カラオケ）	水曜日	2・4	13：30～15：30
パッチワーク	木曜日	1・3	10：00～12：00
健康のど体操	木曜日	1・3	13：00～14：30
楽しい！おいしい！ パン作り	木曜日	3	10：00～12：30
男性の料理教室	金曜日	1	9：30～12：00
バレトン	金曜日	1・3	10：00～11：00
スポーツダンス	金曜日	1・2・3	13：30～15：30
己書幸座	金曜日	2	10：00～12：00
煎茶	金曜日	2・4	9：30～12：00
転ばぬ先の予防体操	金曜日	2・4	9：30～11：30
糸東会空手道拳和会	日曜日	1・2・3・4	19：15～21：00

神戸公民館　予定表

日	曜日	予　　定
4月		
21	月	
22	火	
23	水	
24	木	ふれあいライブラリー　9:30～10:00
25	金	
26	土	
27	日	
28	月	
29	火	昭和の日
30	水	
5月		
1	木	
2	金	
3	土	憲法記念日
4	日	みどりの日
5	月	こどもの日
6	火	振替休日
7	水	
8	木	らくらく教室　10:00～
9	金	
10	土	
11	日	
12	月	ふれあいライブラリー　9:30～10:00
13	火	
14	水	
15	木	
16	金	
17	土	
18	日	
19	月	
20	火	
21	水	楽しく歌っていきいきリズム　13:30～
22	木	親子ふれあい教室　10:00～
23	金	
24	土	
25	日	
26	月	ふれあいライブラリー　9:30～10:00
27	火	
28	水	
29	木	
30	金	
31	土	