

神戸公民館だより

令和8年9月5日発行

神戸公民館：鈴鹿市神戸二丁目17-40 電話：059-383-1204

定期講座 男性のための脳トレ教室

健康マージャン教室

10月14日スタート

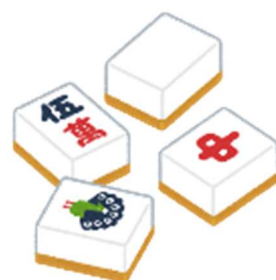
健康マージャンは、「賭けない❌ 吸わない❌ 飲まない❌」健全なマージャンです。
健康づくり・仲間づくり・脳トレ・認知症予防に効果があると注目されています。
月に2回楽しく脳トレしましょう！

日 時：毎月第2・4水曜日 13:00～17:00

定 員：16名（先着順）

場 所：神戸公民館 1階和室（椅子に座って行います）

参加費：10月～3月までおひとり500円



※初回は、神戸公民館健康マージャン教室についてのルールの説明をいたします。

※初心者、女性向けの講座も今後行う予定です。お待ちください。

男性の料理教室

サークル開講に向けてすすんでいます!!

お料理が初めてでも気軽に参加できる教室です。
2回開催しましたが和気あいあいと楽しく料理しています。
超初心者大歓迎です。



参加者
随時募集中！

日 時：毎月第2（火）10:00～12:00

定 員：12名（現在8名で活動しています）

参加費：1,000円（米代込み）

持ち物：エプロン、三角巾、ふきん3枚



裏面もご覧ください

パラコードで

つながるマルチホルダーづくり

パラコードは、軽くて丈夫でカラフルなロープ。
パラコードで、ストラップとペットボトルホルダーを作り、
繋げると、マルチホルダーに。

日 時：10月1日（木） 10:00～11:30

定 員：10名（先着順）

参加費：500 円（当日集金）

持ち物：よく切れるハサミ（あれば）

SNSで人気！



スマホホルダー
としても使えます

タイルアート教室

タイルでコースターを作ろう

両日参加できる方に限ります。コースターを 2枚 作ります。
1回目は、好きなタイルを選んで、コースターに貼り付ける
2回目は、目地材を入れて、タイルを磨いて完成！

日 時：第1回 10月13日（火） 10:00～11:30

第2回 10月27日（火） 10:00～11:30

定 員：16名（先着順）

参加費：750 円（10月13日に集金）



御朱印帳作り

自分で作った御朱印帳でお寺神社巡りしてみませんか？

日 時：10月29日（木） 13:30～

定 員：16名（先着順）

参加費：800円（当日集金）

持ち物：約 50 cm×約 50 cmの布（デニム地など分厚いものは適しません）
ハサミ・ものさし（30 cm）



< 公民館講座の申込みについて >

9月14日（月）9:00～

いずれの講座（男性の料理教室以外）も、公民館窓口、またはお電話にて受付いたします。（先着順、
窓口申込み優先）申込み多数の場合は、先着に限らず神戸地区の方を優先いたします。

令和8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	13:00~14:30
民謡太鼓	火曜日	1・3	13:00~16:30
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	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
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
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	金曜日	1・3	19:15~21:00
	日曜日	1・2・3・4	19:15~21:00

神戸公民館 予定表

日	曜日	予 定
9月		
1	火	
2	水	
3	木	親子ふれあい教室 10:00～ ふれあいライブラリー 9:30～
4	金	
5	土	
6	日	
7	月	
8	火	男性の料理教室 10:00～
9	水	
10	木	
11	金	
12	土	
13	日	
14	月	
15	火	
16	水	
17	木	ふれあいライブラリー 9:30～
18	金	
19	土	
20	日	
21	月	敬老の日
22	火	休日
23	水	
24	木	らくらく教室 10:00～
25	金	
26	土	
27	日	
28	月	
29	火	
30	水	チェアヨガ 10:00～ 楽しく歌っていきいきリズム 13:30～
10月		
1	木	パラコード体験 10:00～
2	金	
3	土	
4	日	
5	月	
6	火	
7	水	
8	木	らくらく教室 10:00～
9	金	
10	土	