

鈴鹿市立郡山公民館だより

第 330 号 鈴鹿市郡山町 540 - 8 TEL・FAX 372-2833 令和 7 年 6 月 5 日

4月23日（水）第1回運営委員会が開催され、令和6年度事業報告・決算報告及び令和7年度事業計画・予算計画を審議していただき承認を得ました。
また、今年度運営委員会役員・委員は下記の方々にお世話になります。

役職	所属・団体	役職	所属・団体
委員長	郡山こども教室コーディネーター	委員	太陽の街第三自治会会長
副委員長	太陽の街第二自治会会長	委員	サークル講師代表
会計	郡山町自治会会長	委員	サークル講師代表
監事	主任児童委員	委員	サークル生代表
監事	民生委員児童委員	委員	サークル生代表
委員	越知町自治会会長	委員	郡山小学校校長
委員	越知町山越知自治会会長	委員	栄地区市民センター所長
委員	新郡山町自治会会長	委員	郡山地区体育振興会会長
委員	太陽の街第一自治会会長	委員 顧問	サン・和みの会代表

【定期講座】

成人学級 第3回

日時：7月11日（金）10:00～

場所：郡山公民館 ホール

講師：アルテハイム

持ち物：水筒

内容：フレイル予防教室

ちびっこ広場 第3回

日時：7月4日（金）10:00～

場所：郡山公民館 ホール

講師：一尾 規子さん

持ち物：上履き、水筒

内容：七夕遊び

親子で楽しみましょう



ふれあいライブラリー

6月2日・16日・30日（月）

13:30～14:00

図書館職員による読書相談や新刊案内をしています。
お気軽にご相談ください。



裏面をご覧ください

【地区事業】新聞ちぎり絵教室

新聞のカラー紙面を指でちぎって、はがき大のカードに貼り付けて絵を描きます。

下地は印刷されているので、初めてでも気軽に取り組めます。

【日時】7月3日（火）10:30～

【講師】中日新聞ちぎり絵講師

【定員】16名

【参加費】100円（当日集金）

【持ち物】新聞カラー紙面数日分（文字が入っていても可）

ふきん（濡らして使用）、手拭きタオル



【地区事業】健康教室 全4回



第2回のテーマは『**自分でできる健康な背骨づくり**』

【日時】7月10日（木）10:00～

【講師】中世古 高伸さん

【定員】15名

【持ち物】水分補給の水筒、動きやすい服装

今後も以下のテーマで開催予定です。ご参加ください。

第3回 10月 9日（木）のテーマは『いつまでも歩ける足・膝・股関節』

第4回 12月 11日（木）のテーマは『シニアのための筋力アップ講座』

※申込み

上記の地区事業につきましては、6月9日（月）～13日（金）9時～17時の間に、窓口にお申し込みください。

※ 申し込み多数の場合は抽選を行います。外れた方のみ6月17日（火）に連絡いたします。

令和7年度 郡山公民館 サークル一覧表

	サークル名	活動日		時間
1	やさしいヨガ	第 1 ・ 3	月	10:00～11:30
2	ミュージックベル	第 1 ・ 3	月	14:00～16:00
3	笑いヨガ	第 3	月	13:00～15:00
4	楊名時太極拳	第 2 ・ 4	月	10:00～11:30
5	トールペイント	第 2 ・ 4	月	10:00～12:00
6	はじめてのヨガ	第 2 ・ 4	月	9:15～11:30
7	社交ダンス(ロイヤル)	第 2 ・ 4	月	13:30～15:30
8	Kalinka	第 2 ・ 4	月	16:00～17:00
9	パステルアート	第 1 ・ 3	火	10:00～12:00
10	楽しくウクレレ	第 1 ・ 3	火	13:30～15:30
11	スポーツウエルネス吹矢	第 2 ・ 4	火	19:00～21:00
12	楽しむパソコン	第 2 ・ 4	火	13:00～15:00
13	茶道(裏千家)	第 2 ・ 4	火	19:00～21:00
14	手打ちそばの会	第 4	火	9:00～12:00
				13:30～16:00
15	シニア雄弘ヨーガ	第 2 ・ 4	火	13:30～15:00
16	布あそび	第 1 ・ 3	水	9:30～11:30
17	雄弘ヨーガ	第 1 ・ 3	水	10:00～11:30
18	手編み	第 2 ・ 4	水	10:00～12:00
19	前結び着付け	第 1 ・ 3	木	10:00～12:00
20	楽しいコーラス	第 1 ・ 3	木	13:30～15:00
21	サン・ハーモニー	第 1 ・ 3	木	13:30～15:30
22	手話	第 1 ・ 3	木	19:30～21:00
23	スクエアステップ	第 2 水 ・ 第 4 木		10:00～11:20
24	チェアバレトン	第 2 ・ 4	木	14:00～15:30
25	己書幸座	第 4	木	10:00～12:00
26	俳句	第 4	木	13:00～15:00
27	かな書道	第 1 ・ 3	金	9:30～11:30
28	絵画と大人のぬり絵	第 1 ・ 3	金	13:30～15:30
29	新舞踊	第 2 ・ 4	金	19:30～21:30
30	社交ダンス(サン・ステップ)	第 1 ・ 3	土	9:30～11:30
31	太極拳②	第 1 ・ 3	土	13:00～16:00
32	着付け&和服の常識	第 2 ・ 4	土	14:00～16:00
33	ピラティス	第 3	金	13:00～15:30

郡山公民館 予定表

日	曜日	予 定
6月		
21	土	
22	日	
23	月	
24	火	
25	水	
26	木	
27	金	脳トレ 13:00～
28	土	
29	日	
30	月	ふれあいライブラリー 13:30～14:00
7月		
1	火	
2	水	
3	木	地区事業 (新聞ちぎり絵) 10:30～
4	金	ちびっこ広場 第3回 10:00～ 脳トレ 13:00～
5	土	
6	日	
7	月	
8	火	
9	水	
10	木	地区事業 (健康教室) 10:00～
11	金	成人学級 第3回 10:00～ 脳トレ 13:00～
12	土	
13	日	
14	月	ふれあいライブラリー 13:30～14:00
15	火	
16	水	
17	木	
18	金	脳トレ 13:00～
19	土	
20	日	
21	月	海の日
22	火	
23	水	地区事業 (小学生体験教室 かえるのモスボール作り) 9:30～
24	木	
25	金	地区事業 (小学生体験教室 折り紙教室) 9:30～ 脳トレ 13:00～
26	土	
27	日	
28	月	ふれあいライブラリー 13:30～14:00
29	火	地区事業 (小学生体験教室 パン粘土でミニチェア傘づくり) 9:30～
30	水	地区事業 (小学生体験教室 伊勢型紙でうちわ染め作り) 9:30～
31	木	地区事業 (小学生体験教室 スノードーム作り) 9:30～