

鈴鹿市立郡山公民館だより

第 335 号 鈴鹿市郡山町 540-8 TEL・FAX 372-2833 令和 7 年 10 月 5 日

郡山公民館文化祭 開催のお知らせ

令和 7 年度 第 25 回郡山公民館文化祭を下記の日程で開催します。

作品展示・・・10月31日（金）10：00～15：00

11月 1日（土）10：00～13：00

舞台発表・・・11月 2日（日） 9：00～14：00頃

年に一度、サークル活動の成果を発表する日です。

作品展示では、各サークルの日頃の活動で仕上げた作品を展示します。また活動内容を模造紙で紹介するサークルもあります。

舞台発表では、日頃の活動を発表します。

バザー、体験コーナー、脳トレ大会、手打ちそばサークルのそば打ち実演なども予定しています。

地域の皆様お誘いあわせの上、ご来館ください。

詳細は次号 10 月 20 日号の公民館だよりでお知らせいたします。

※バザーの出品（農作物・花苗）にご協力いただける方は公民館（☎372-2833）までご連絡ください。よろしくお願いいたします。

☆☆☆脳トレ大会のご案内☆☆☆

【日時】10月31日（金）午前の部 9:15～12:00、午後の部 12:45～15:30

【定員】各 12 名

【申込期間】10月7日（火）～10日（金）9:00～～17：00の間に公民館窓口へ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。

その時は抽選に外れた方のみ 10 月 17 日（金）に連絡いたします。

鶏めし、草もちの予約販売について

【日 時】11月2日（日）11：00～

【場 所】郡山公民館 駐車場

【予約受付】10月14日（火）～17日（金）9：00～16：00（時間厳守）

代金を添えて公民館窓口にて申込ください。

（お釣りのないようお願いします。）

※代金と引換に予約引換券を渡します。（当日の受渡し時間記入有）

※当日販売はありません。

裏面もご覧ください

11月の講座のお知らせ

「ソクササイズ体験教室」

【日 時】 11月11日（火）10：00～11：30

【場 所】 郡山公民館 ホール

【講 師】 樋口 哲矢さん（足圧ボディケア hyuruchi）

【定 員】 20名（10組）

【持ち物】 フェイスタオル2枚、バスタオル、ヨガマット、水筒（水分補給）

動きやすい服装でお越しください。

※ソクササイズとは『足（ソク）× エクササイズ』

足を使った運動です。二人一組で足を踏み合い、身体のケアをしてみませんか？どなたでも無理なく気軽に体験できます。ひとりでも参加 OK です。



「ミニクリスマスツリー作り」

【日 時】 11月14日（金）10：00～11：30

【講 師】 山田 友子さん

【定 員】 15名

【参加費】 300円（当日集金）

【持ち物】 針金が切れるはさみ（ニッパー、ペンチなど）、水分補給の飲み物、持ち帰り用袋



「手作り2025年スケジュール帳作り教室」

【日 時】 11月28日（金）10：00～

【講 師】 田中 稔さん（一級製本技能士）

【定 員】 15名

【参加費】 300円

【持ち物】 A4 サイズより少し大きめの綿またはポリエステル製の布（手帳の表紙に使用）布きりばさみ、ものさし、筆記用具



※申込み

上記の地区事業につきましては、10月7日（火）～10日（金）9：00～17：00の間に公民館窓口へ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。

その時は抽選に外れた方のみ 10月14日（火）に連絡いたします。



定期講座

❖成人学級❖ 11月7日（金）10：00～

「みんなの保健室」お口の筋力アップでからだも元気！
健康づくりのヒントをお教えします。



❖ちびっこ広場❖ 11月26日（水）10：00～

「ミニ運動会」動きやすい服装でお越しください。



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
10月		
22	水	ちびっこ広場 第5回 10:00～
23	木	
24	金	脳トレ 13:00～
25	土	
26	日	
27	月	
28	火	
29	水	
30	木	文化祭 準備
31	金	文化祭 展示発表
11月		
1	土	文化祭 展示発表
2	日	文化祭 舞台発表
3	月	文化の日
4	火	
5	水	
6	木	
7	金	成人学級 第7回 10:00～ 脳トレ 13:00～
8	土	
9	日	
10	月	ふれあいライブラリー 13:30～14:00
11	火	
12	水	
13	木	
14	金	地区事業 (ミニクリスマスツリー作り教室)10:00～ 脳トレ 13:00～
15	土	
16	日	
17	月	
18	火	
19	水	
20	木	
21	金	脳トレ 13:00～
22	土	
23	日	勤労感謝の日
24	月	振替休日
25	火	ふれあいライブラリー 13:30～14:00
26	水	ちびっこ広場 第6回 10:00～
27	木	
28	金	地区事業 (スケジュール帳作り)10:00～ 脳トレ 13:00～
29	土	
30	日	