

回 覧

ふれあいセンターだより (桜島公民館)

令和8年4月5日発行 鈴鹿市ふれあいセンター運営委員会
鈴鹿市南玉垣町6600 TEL・FAX 386-1144

何か新しいことを始めたくなる過ごしやすい季節になってきました。今年度も、ふれあいセンターではいろいろな事業を計画し、地域の皆様のご参加をお待ちしております。日々の生活の彩の一部として、ふれあいセンターをご活用ください(^^)

令和8年度ふれあい元気教室



全8回 毎回内容が異なります、お楽しみに♪

- 【場 所】 ふれあいセンター 2F ホール
【参 加 費】 基本無料 (6回・7回の講座は材料費が必要です)
【募集定員】 50人程度 (成人・高齢者)
【持 ち 物】 飲み物 (水分補給のため)・眼鏡 (各講座で必要な方)
【申込期間】 4月13日(月)9:00 ~ 4月24日(金)17:00
ふれあいセンター窓口または電話でお申込みください。
TEL386-1144 (平日 9時~17時)



第1回
5月11日(月)
10:00~

※予定表は裏面にございます。ご覧ください。

ガラスフュージング教室

色とりどりのガラスを並べて、アクセサリーなどの柄をデザインします！

- 【日 時】 5月18日(月)10:00~11:30
【場 所】 ふれあいセンター2F ホール
【募集定員】 20名 (定員になり次第、締め切ります)
【材 料 費】 2,000円 (当日集金)
【持 ち 物】 眼鏡 (必要な方)
【申込期間】 4月13日(月)9:00~4月30日(木)17:00
ふれあいセンター窓口または電話で
お申込みください。

TEL386-1144 (平日 9時~17時)

※申込の際、作りたい作品を2個選んでください。
同じ種類2個でもOKです。

※作品の仕上げが必要なため、
後日窓口でのお渡しとなります。(1~2週間後)



作品の種類

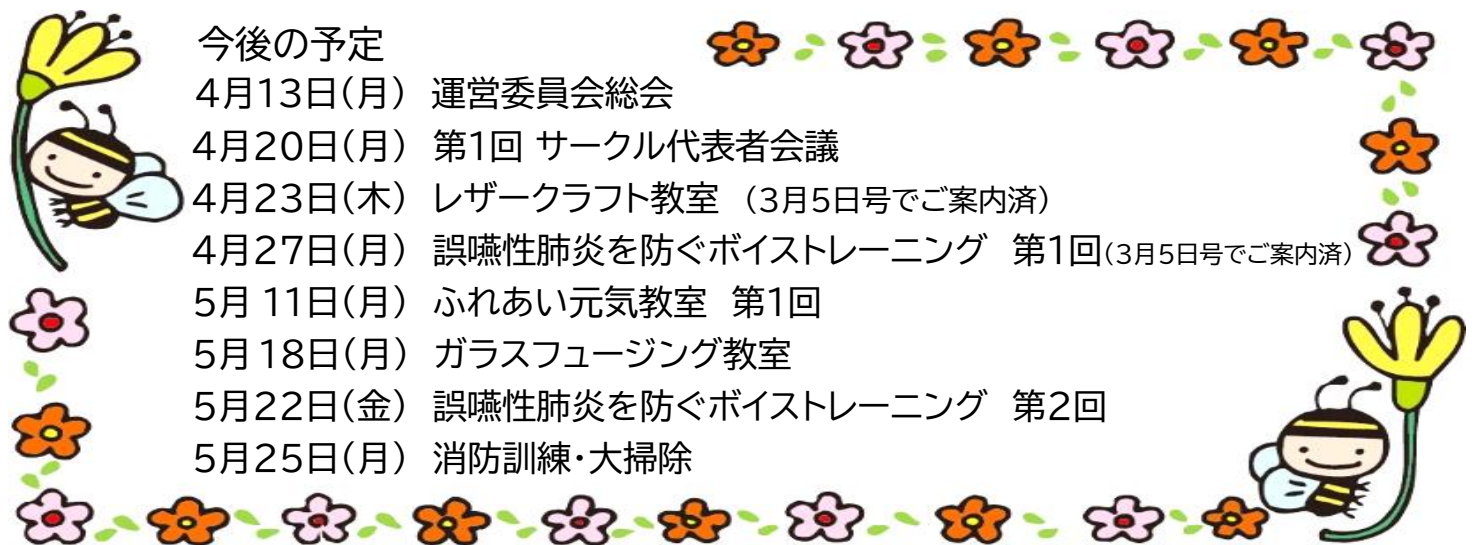
- ・ペンダント
- ・キーホルダー
- ・ヘアゴム
- ・ブローチ
- ・バッグチャーム
- ・豆皿6.5cm
- ・マグネット
- ・イヤリング、ピアスは小さいので
2個で1個分と数えます。

裏面もご覧ください。⇒

ふれあい元気教室予定表

回	開催日時	内 容	講 師
1	5月11日(月) 10:00~11:00	開講式 / キューティ♡いくみ サックスショー ~サックスの音色に合わせて懐メロを口ずさもう♪~	キューティ♡いくみ さん
2	6月15日(月) 10:00~11:00	熱中症予防(対策)&対処法 ~少しのケアが体を救う、体を気づかい元気に過ごそう!~	地域医療推進課職員
3	7月 6日(月) 10:00~11:00	ミュージックケア♪ ~音楽に合わせて体を動かそう~	くるっくるの皆さん
4	8月 3日(月) 10:00~11:00	歴史講座「一生に一度はお伊勢参り」 ~江戸時代の女子旅にタイムスリップ~	吉澤 英明 館長
5	9月 7日(月) 10:00~11:30	騙されないスマホ講座 ~スマホ使用の際の危機管理、どのように危険が迫ってくるのか、実例を交えた対策や対処を知り、スマホを安全に便利におおう!~	高田短期大学 ボランティア部の皆さん 【協力】 三重県警察本部サイバー犯罪対策課
6	10月19日(月) 9:30~11:30	パン粘土教室 (材料費必要)	山村 つづみ さん
7	11月 9日(月) 9:30~11:30	伊勢型紙教室 (材料費必要)	伊勢型紙彫刻組合 坂 哲雄 さん
8	12月21日(月) 10:00~11:00	複音ハーモニカ演奏会 / 閉講式 ~哀愁の音色と超絶技巧のテクニックをお楽しみに♪~	樋口 美穂 さん

※内容が変更になる場合もございます。ご了承ください。



今後の予定

- 4月13日(月) 運営委員会総会
- 4月20日(月) 第1回 サークル代表者会議
- 4月23日(木) レザークラフト教室 (3月5日号でご案内済)
- 4月27日(月) 誤嚥性肺炎を防ぐボイストレーニング 第1回(3月5日号でご案内済)
- 5月 11日(月) ふれあい元気教室 第1回
- 5月 18日(月) ガラスフュージング教室
- 5月 22日(金) 誤嚥性肺炎を防ぐボイストレーニング 第2回
- 5月 25日(月) 消防訓練・大掃除

令和7年度サークル活動スタート!

定員に余裕があるサークルは、4月1日より窓口での申込受付を再開しております。(先着順)
サークル活動を見学することも可能です。事前に活動状況等お問い合わせのうえ、ご来館ください。
ふれあいセンター 059-386-1144 (平日9時~17時)

ふれあいホール利用者の皆様へ

【ふれあいホール一斉受付予定表】

受付場所：ふれあいホールロビー

受付時間：午前9時一斉受付開始

(午前9時以降に入館された方は一斉受付終了後とする。)

一斉受付日	使用申請月	一斉受付日	使用申請月
令和8年1月6日(火)	令和8年 7月分	7月1日(水)	令和9年 1月分
2月3日(火)	8月分	8月4日(火)	2月分
3月3日(火)	9月分	9月1日(火)	3月分
4月1日(水)	10月分	10月1日(木)	4月分
5月1日(金)	11月分	11月4日(水)	5月分
6月2日(火)	12月分	12月1日(火)	6月分

ふれあいセンター【サークル一覧表】

令和8年度

	場 所	サークル名	曜 日	時 間
火曜日	ホール	健康体操①	第1 2 3 4	9:00~10:00
		健康体操②	第1 2 3 4	10:00~11:00
		健康体操③	第1 2 3 4	11:00~12:00
		フラダンス①	第1 3	13:00~14:30
		フラダンス②	第1 3	14:40~16:10
		絵手紙	第2 4	13:30~15:30
	和室 A	リラクゼーションヨガ① (対象:女性)	第1 2 3 4	9:00~10:30
		リラクゼーションヨガ② (対象:女性)	第1 2 3 4	10:30~12:00
	和室 B	茶道 裏千家	第1 3	13:30~15:30
調理室	ふれあいハーモニカ	第1 3	10:00~12:00	
水曜日	ホール	シニアの健康体操 (対象:男性)	第1 3	10:45~11:45
		カラオケフレンド	第1 3	13:00~15:00
		歌でふれあい	第2 4	13:30~15:30
	和室 A	和 裁	第1 2 3	9:30~11:30
		ふれあい俳句	第4	9:30~11:30
		あみもの	第1 3	13:30~15:30
	和室 B	着物着付(水) (対象:女性)	第1 3	10:00~12:00
		押し花①	第2	9:30~11:30
		押し花②	第2	13:30~15:30
	調理室	女性料理教室 (対象:女性)	第3	9:00~13:00
木曜日	ホール	書 道	第1 3	9:30~11:30
		絵 画	第2 4	9:30~11:30
		社交ダンス	第1 2 3 4	13:30~15:30
		太極拳①(初級)	第1 2 3 4	18:30~20:00
		太極拳②	第1 2 3 4	20:00~21:30
	和室 A	津軽三味線	第1 2 3 4	13:30~16:00
		韓国語 I (入門)	第2 4	19:00~21:00
	和室 B	民話を楽しむ会	第2 4	13:30~15:00
	調理室	池坊	第2 4	13:30~15:30

	場 所	サークル名	曜 日	時 間
金曜日	ホール	折り紙	第2	13:30~15:30
		ナツメロー番	第4	13:00~15:00
		楽しいヨガ (対象:女性)	第1 2 3 4	19:00~20:30
	和室A	英会話	第1 2 3 4	10:00~11:30
		囲碁	第1 2 3 4	13:00~16:00
		韓国語Ⅱ	第2 4	19:00~21:00
	和室B	着物着付(金) (対象:女性)	第3 4	10:00~12:00
	調理室	手作りパン①	第1	9:00~13:00
手作りパン②		第2	9:00~13:00	
土曜日	ホール	やさしい3B体操	第2 4	9:30~11:00
		ジュニア3B体操	第2 4	11:10~12:10
		スポーツダンス	第1 2 3 4	13:30~15:30
	和室A	時遊会	第1 3	9:00~11:00
		新舞踊	第1 2 3 4	13:00~15:00
	和室B	ビーズジュエリー	第1	10:00~12:00
		煎茶道売茶流	第1 3	13:30~15:30

※定員に満たないサークルは、随時入会可能です。窓口でお申し込みください。

※見学を希望される場合は、ふれあいセンターにお問い合わせください。

ふれあいセンター 059-386-1144 (平日9:00~17:00)



ふれあいセンター 予定表

日	曜日	予 定
4月		
1	水	
2	木	
3	金	
4	土	
5	日	
6	月	
7	火	
8	水	
9	木	
10	金	
11	土	
12	日	
13	月	13:30 運営委員会総会
14	火	
15	水	
16	木	14:30~15:00 ふれあいライブラリー
17	金	
18	土	
19	日	
20	月	9:30 サークル代表者会議(第1回)
21	火	
22	水	
23	木	9:30 レザークラフト教室
24	金	
25	土	
26	日	
27	月	10:00 誤嚥性肺炎を防ぐボイストレーニング①
28	火	
29	水	昭和の日
30	木	14:30~15:00 ふれあいライブラリー
5月		
1	金	
2	土	
3	日	憲法記念日
4	月	みどりの日
5	火	こどもの日
6	水	休日
7	木	
8	金	
9	土	
10	日	