



ご案内



夏を彩るコンテナガーデン ガーデニング講座 夏の草花を使った寄せ植え



日時 6月 1日
水曜日 午前10:30～
場所 南河原公民館 ホール

材料費 1,500円



用意するもの
・汚れてもいい服装・園芸用手袋

講師 星野 学 先生

申込期日 5月25日(水)まで

正しい姿勢を意識し体幹を鍛える 体幹トレーニング講座 4回コース

日時 6月 1日・15日・22日・29日
水曜日 午後 2:00～

場所 南河原公民館 ホール

用意するもの
・運動のできる服装・タオル・飲み物

講師 オリビア小林 先生

申込期日 5月25日(水)まで



書道で長生き! 脳を健康に 健康書道講座 4回コース



日時 6月19日 7月17日
9月18日 10月16日
日曜日 午前10:00～
場所 南河原公民館 会議室

材料費 500円



用意するもの ・新聞紙

講師 倉橋 幸史 先生

申込期日 6月12日(日)まで

パッチワーク講座 ～便利な多機能ポシェット～

日時 7月6日・20日
8月3日・17日
水曜日 午後1:30～
場所 南河原公民館 ホール

材料費 1,700円程度

用意するもの ・裁縫道具

講師 松田 京子 先生

申込期日 6月28日(火)まで



※ 新型コロナウイルス感染拡大防止のため、予定が変わる場合があります。

講座参加時は、必ずマスクの着用をお願いいたします。



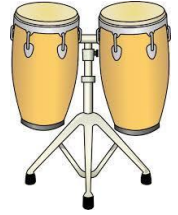
音楽鑑賞会のお知らせ

～地元出身のパーカッション奏者 加瀬田 聡さんが皆さまへ感謝を込めて～

日時 6月8日 水曜日
午後 2時～

場所 南河原公民館 ホール ※入場無料

グループ 『ミュージック メール』



第13回 館長杯グラウンドゴルフ大会

日時 6月11日(土) 午前9時～11時30分 *雨天の場合は6月18日(土)
場所 中江袋多目的広場
参加費 500円
用意するもの 道具(クラブ・ボール)
※道具のない方は用意してあります
講師 吉野 顕 先生とグラウンドゴルフ連盟の皆さん
申込期日 6月 3日(金)まで



いきいき学級

筋力アップでフレイル予防

日程	場所	講師	用意する物
7月予定	ホール	トレーニング講師	・運動のできる服装 ・タオル ・飲み物



健康の秘訣！栄養バランス

日程	場所	講師	用意する物
8月予定	ホール	トレーニング講師	・運動のできる服装 ・タオル ・飲み物 ・筆記用具

※日程については後日お知らせいたします。

令和4年度 公民館職員

今年度はこのメンバーで公民館事業の推進に
努力してまいりますので、よろしくお願いいたします。

公民館長	野中 正人
生涯学習推進員	柿沼 肇
公民館主事	鈴木 恵美子
公民館協力員	中戸 さち子

