

公民館タイムズ



中央公民館 ☎072-433-7222

子育てネットワークの会園児部会 ヨガ〜心と体を整える〜
 ▶日時 9月30日(木)午前10時〜正午▶講師 平山公子さん▶持物 ヨガマット(あれば)、バスタオル、水分▶定員 30人(定員になり次第締切)▶保育定員 10人(保険・おやつ代100円必要)▶締切 9月22日(火)▶申込 窓口・電話で

赤ちゃんルーム
 ▶日時 第2・4月曜(9月13日：水あそび、27日：人形劇)午前10時〜11時30分▶場所 保育室▶対象 2020年4月以降生まれの子どもと親、妊婦のかた▶申込 窓口・電話で(必ず事前にお問合せください)

クラブ体験講座 貝塚ハーモニカクラブ
 一緒に歌い、吹き、楽しい活動をしませんか。ハーモニカと簡単な楽譜と吹き方の説明をします(初めてのかたOK)。
 ▶日程 10月7日・14日、木曜午後1時〜3時▶持物 複音ハーモニカ(ない場合は見学可)▶申込 窓口・電話で



ゆるふわヨガ
 カチカチさんのためのココロとカラダをほぐすヨガです。
 ▶日時(全6回) 10月15日・29日、11月5日・19日、12月3日・17日、金曜午後7時〜8時30分▶講師 津田美穂さん▶場所 和室▶定員 9人(多数の場合抽選)▶締切 9月24日(金)▶持物 ヨガマット(あれば)、バスタオル、水分▶申込 窓口・電話で

第54回 貝塚市美術協会展
 ▶日時 9月18日(土)〜19日(日)午前9時〜午後5時(最終日は午後3時)▶場所 視聴覚室▶内容 油絵・水彩画・日本画・陶芸・彫刻・絵手紙・染色・版画など▶入場 無料

第37回 市民民踊まつり
 ▶日時 10月3日(日)午前11時開演▶場所 コスモシアター中ホール▶入場 無料▶出演 貝塚市民踊連盟



報告 スポーツ吹矢の体験講座報告

スポーツ吹矢の体験講座が終了しました。コロナの影響で開催日の変更もありましたが、欠席もほぼなく、講座への関心の高さが伺えました。吹矢は腹式呼吸で矢を飛ばし、的を狙うために集中力を高め「礼に始まり、礼に終わる」動作は脳の活性化や自律神経の強化も期待できるスポーツです。初回は動作がぎこちなく、あちらこちらで講師の指導する声がありましたが、2回目からは矢が的を射る音が静かな部屋に響いていました。受講者からは「スッキリした」「もっとしたい」との声がありました。秋に再度講座を開催する予定です。



中央公民館クラブ紹介(クラブ協議会所属) ☎072-433-7222 あなたも一緒に活動してみませんか！見学もできます

クラブ名	活動日時	月会費(円)	内容	クラブ名	活動日時	月会費(円)	内容		
演芸・演劇	人形劇あひる	1~4(木) 10:00	200	どこへでも人形をつれて出かけます。夢を届けませんか。	料理	パンづくり	1(火) 10:00	1,000	フランスパンから菓子パンまで色々なパン作りが楽しめます。
	マジック	2・4(金) 19:00	500	男女が集まり、賑やかに楽しく学んでいます。		なごみクッキング	3(火) 10:00	1,500	おふくろの味も披露しながら新メニューにもチャレンジ!
	茶道	1~4(火) 19:00	1,000	窮屈な作法ではなく、真心で人に接することが第一。		おやじのソブ かつし	2(木) 9:30	1,000	親父同士で簡単家庭料理を作って食べて楽しんでいます。
パソコンほか	コスモ写真クラブ	2・4(日) 13:30	3,000(年間)	写真を通じて友達の輪!仲間達の家族的な指導で初心者も安心。	体にやさしい料理	2(木) 19:00	1,500	旬の野菜を使った献立で心と体にやさしい料理を作っています。	
	コスモパソコン	2・4(火) 19:00	1,500	「パソコンに慣れ親しみ、実用面で大いに利用しよう」をモットーに活動中!	第3土曜の会	3(土) 14:00	2,000(年間)	相互に話題やテーマを決めて知識を深めています。	
	貝塚パソコン研究会	2・4(土) 12:30	3,000	パソコンの初心者のかたを対象に楽しく学習しています。	あこーる♪	3(土) 19:00	なし	身近な問題から、女性の生き方を考えていきます。	

浜手地区公民館 ☎072-431-0926

+KOMINKAN(プラス公民館)
 高校生・大学生の居場所としてホールを開放します。
 ▶日時 9月19日(日)午後1時〜4時▶申込 不要

パパサロン
 段ボールでままごと冷蔵庫を作ろう。
 ▶日時 9月26日(日)午前10時〜正午▶対象 未就学児とパパ▶定員 8組▶申込 9月19日(日)午後5時までに窓口・電話で(申込がない場合は、プレイルームを開放します)

浜手アフタヌーンコンサート ピアノであそぼう
 ▶日時 10月14日(木)午後2時〜3時▶場所 ホール▶出演 宮崎剛さん▶定員 80人(定員になり次第締切)▶申込 市内のかた 9月21日(火)〜、市外のかた 9月28日(火)〜電話・窓口で

映画会「プラスチックの海」(環境衛生課共催)
 プラスチックごみによる海洋汚染の実態を知り、考えよう。
 ▶日時 10月30日(土)午前10時〜正午▶場所 ホール▶対象 市内在住・在勤(学)のかた▶定員 80人(定員になり次第締切)▶申込 9月16日(木)〜窓口・電話で

げんきに子育て
 乳幼児期を親子で楽しく過ごすコツをみんなで学びましょう。
 ▶日時(全8回) 10月29日〜12月17日、金曜午前10時〜正午▶対象 乳幼児を持つ親▶定員 12人(定員になり次第締切)▶保育定員 8人(1歳以上)▶材料費 700円▶申込 9月28日(火)〜窓口・電話またはQRコードで



子育てサロン☆ほっとスペース
 乳幼児親子が自由に遊べます。第2・4火曜は「造形あそび」も開催。
 ▶日時 火曜午前10時〜正午▶場所 プレイルーム▶造形あそび 9月28日：タンポ押し、10月12日：外あそび▶申込 不要

カラダすっきり☆ストレッチ(第2期)
 ▶日時(全6回) 11月2日・9日・16日、12月7日・14日・21日、火曜午前11時〜正午▶場所 ホール▶対象 市内在住・在勤のかた▶定員 20人(定員になり次第締切)▶申込 新規のかた10月1日(金)〜、第1期から継続のかた10月8日(金)〜窓口・電話で

浜手・山手合同 はじめてのZOOMサロン
 ZOOMアプリの簡単な利用方法を聞いて、自宅からつながってみよう。

1回目(申込館にて)		2回目	
浜手	10月4日(月) 午後1時30分〜3時	自宅から	10月11日(月) 午後1時30分〜2時10分
山手	10月5日(火) 午後3時30分〜5時		

▶対象 市内在住・在勤のかた▶定員 各館5人(定員になり次第締切)▶持物 スマートフォン、タブレット、ノートパソコンのいずれか▶申込 9月13日(月)から窓口・電話またはQRコードで



浜手QRコード



山手QRコード

山手地区公民館 ☎072-446-0090

山手地区公民館開館30周年事業 ~歌と語りで綴る愛物語~貝塚みずま「お夏清十郎」
 昨年好評でしたので、あの感動をもう一度お届けしようと、恋人の聖地「水間寺愛染堂」に伝わるお夏清十郎伝説のオペレッタを開催します。村人役として公募した一般市民のかたも加わり、プロの音楽家と共演します。
 ▶日時 10月17日(日)午後2時〜2時30分▶場所 ホール▶定員 100人(定員になり次第締切)▶入場 無料▶申込 市内のかた 9月21日(火)〜、市外のかた10月1日(金)〜窓口・電話で▶申込・問合せ先 すいてつ沿線魅力はっしん委員会(山手地区公民館内)

