

# 公民館タイムズ



※対象は、市内在住・在勤(学)のかたです  
※原則として受講料無料(材料などの実費は徴収)

## 中央公民館

☎072-433-7222

### 介護について語り合う場

認知症の基礎知識、施設のこ  
と、お世話する家族や自分につ  
いて、一緒に考えましょう。  
▷日時 12月19日(月)午後1時30  
分~3時▷場所 講座室3▷参加  
費 無料▷協力 介護者家族の会  
▷申込 窓口・電話で

▷定員 50人(定員になり次第締  
切。要整理券。受付名簿に氏名・  
住所・電話番号を記入し引換え。  
1家族4枚まで)▷整理券配布 市  
内のかた12月9日(金)~、市外  
のかた12月16日(金)~窓口で



### ジャズライブ

新春恒例のジャズライブをお楽  
しみください。  
▷日時 1月15日(日)午後1時30  
分▷場所 視聴覚室▷出演 中野  
ひろしクワルテット▷入場 無料

## 山手地区公民館

☎072-446-0090

◎申込 窓口・電話・Eメールで



Eメール

### フアフアクラブ ジャンボすごろくを作ろう

子育てに悩むお母さん!子どもと一緒にリフレッシュしませんか。  
▷日時 1月15日(日)午前10時15分~11時30分▷場所 ホールまたは講  
座室▷対象 小学生親子▷定員 10組(定員になり次第締切)▷講師 松  
本啓子さん(学校心理士)

## 浜手地区公民館

☎072-431-0926

### 子育てサロン☆ほっとスペース

第1~4の火曜午前10時~正  
午、乳幼児親子がプレイルームで  
自由に遊べます。12月27日は「さ  
かな釣り」、1月10日は「はさみ  
チョッキン」をします。  
▷申込 不要

かしこく夜活(後期)  
~仕事帰りに公民館に行ってみ  
よう~



### +KOMINKAN(プラス公民館)

小学生から大学生の居場所とし  
てホールを開放します。  
▷日時 12月25日、1月22日、日  
曜午後1時30分~3時30分▷申込  
不要

### 新春あそびたい会

ボランティアのみなさんが、コ  
マ回し・折り紙・百人一首・手作  
りおもちゃなど、楽しい遊びを教  
えてくれます。  
▷日時 1月10日(火)午後1時30  
分~3時▷申込 不要

### ボールdeゆる体操(第3期)

やわらかいボールを使って、体  
のコンディショニングを行いま  
せんか。  
▷日時(全4回) 1月24日、2月  
14日・28日、3月14日、火曜午前  
10時50分~11時50分▷場所 ホ  
ール▷講師 渡邊淳子さん▷定員  
20人(定員になり次第締切)▷材  
料費 1,500円(ボール代)▷申込 12  
月13日(火)~1月17日(火)に窓  
口・電話で

▷日時(全6回) 1月12日・19  
日・26日、2月2日・9日・16  
日、木曜午後7時~8時30分▷内  
容 手話、ペーパークラフトでか  
ご作り、歴史、ヨガ、交流会とア  
ルパハープミニコンサート▷定員  
26人(多数の場合抽選)  
▷材料費 300円▷申込  
12月25日(日)の午後5  
時までに窓口・電話・  
Eメールで



Eメール

### クラブ体験講座

T2R(キッズダンス)  
音に合わせて、楽しく踊ってい  
るクラブです。  
▷日時 1月14日・21日、土曜午  
後1時40分~2時40分▷申込 開  
催前日までに窓口・電話で。



## 浜手地区公民館クラブ紹介(利用者連絡会所属)

☎072-431-0926

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
創作	陶芸 こねこね	1~4(月) 9:00	1,300	月4回。1回は先生の指導、残り3回は自由な作品作りを楽しんでいます。	体操・舞踊	太極拳	1~4(火) 19:00	2,000	楽しくゆったりと気の流れを良くする健康体操。初心者大歓迎。
	光 絵画クラブ	1・3(火) 13:30	2,000	絵画製作を通して地域の交流を図り楽しく真剣に取り組んでいます。静物、スケッチなど。		太極拳II	1・3(木) 13:00	1,000	転ばぬ先の太極拳。初心者のかた大歓迎。見学もOK!
書画	火曜ペン習字・書道	1・3(火) 19:00	大人2,000 子ども1,000	書いている間は何もかも忘れて没頭しています。みなさんも体験してみませんか。		ストレッチ体操 浜風	1・3(金) 10:00	1,000	脳トレ・筋トレ・ストレッチ。音楽に合わせて楽しく元気に健康づくり。
	書道 木曜会	1・2・3(木) 13:00	1,500	みんな楽しく、漢字、仮名、日常必要な慶弔辞など、学んでいます。		卓球コロコロ	1~4(月) 9:00	年2,000	相手の気持ちを考えて楽しくラリーを続けています。
料理	シュガー(お菓子・パンづくり)	2(火) 10:00	1,500	パンとお菓子づくりを楽しんでいます。		サターナイト(卓球)	1~4(土) 19:00	年2,000	和気あいあいと楽しんでま〜す。
	おやじの料理	3(日) 10:00	1,000	男も料理をして楽しむ時代です。		浜手リテイク ウォーククラブ	2・4(火) 14:00	年3,000	健康保持と体力増進を目指し、その輪を広げる活動をしています。
音楽	コーラス・サラダ ボール	1・3(土) 10:00	2,000	幅広いジャンルの歌を楽しく歌ってストレス解消!明るく楽しいクラブです。		げんきup体操	2・4(金) 13:30	1,000	健康な日常を過ごすための、高齢者にもできる優しい体操。
	ハモカ・アンサンブル アンダンテ	1・3・4(木) 13:30	500	アンサンブルの楽しさを味わいませんか。現在9人在籍。		朗読ぐる〜ぷ サルビア	2・3・4(金) 13:00	年2,000	ヒロシマ・ナガサキの被爆者の手記・詩を朗読します。
	浜手ピアノクラブ (60歳以上)	(土)9:30 2(月)13:00	2,500	4~5人で1グループ。5グループが月1回のレッスンを楽しんでいます。		人形劇きしゃ ぼっぼ	1・2・3(月) 10:00	100	子ども達の笑顔といっぱいふれあいます。仲間募集!
語学	リトミック1,2,3	2・4(木) 10:30	500	音楽を使って、手遊びや体を動かし、親子で楽しく遊んでいます。		いけ花	2・4(金) 13:30	3,500 (花代込)	四季折々の花をいけて、楽しんでいます。
	Enjoy English in Hamate	1・2・3(火) 10:00	2,000	陽気な先生を中心に初・中級英会話をコーヒータイムをはさみ、和気あいあいです。	茶道	1・3・4(木) 12:30	1,500	美味しいお茶とお菓子を一緒に楽しみませんか?	
体操・舞踊	T2R (キッズダンス) (幼稚園年長~中 学生)	1・2・3(土) 13:40 1・2・3(土) 14:40 1・2・3(土) 15:40	2,000~ 2,000~ 2,000~	楽しく、リズムに合わせて元気よく踊るクラスです。 音に合わせて、かっこよくをモットーに踊っているクラスです。 さらにかっこよく、レベルアップを目指すクラスです。	二色囲碁クラブ	1~4(土) 13:00	年2,000	白石と黒石で19x19の碁盤での陣取りゲーム。老若男女、誰でも楽しむことができます。	
	踊るママ御殿	1・2・3(日) 10:00	1,000	子連れでできる大人のヒップホップです。	木曜PCクラブ	1・3・4(木) 12:30	1,000	ワード・エクセル・パソコンでお絵書きをしています。	
						浜手川柳	1・3(金) 13:20	1,500	日頃のちょっとした感動を、五・七・五のリズムにのせて表現してみませんか。

※材料費などが別途必要な場合があります。内容は変更になる場合があります。