



# 和木公民館だより

〒729-1321三原市大和町和木1531-6  
TEL/FAX 0847-34-0804



## ◆9月の主催講座の日程◆

- ◆極めてみよう布遊び 9/24 (金) 10時～12時
- ◆ピラティス「姿勢改善」 9/24 (金) 13時30分～15時
- ◆タイ語会話と国際交流 9/25 (土) 10時～12時



### 主催講座

【極めてみよう布遊び】【ピラティス「姿勢改善」】開講いたしました。

#### 【極めてみよう布遊び】 7月23日 (金) 2年目

最初の作品は、かすり布を使ったショルダーバックに挑戦されています。  
受講生の方が、柿渋で染められた布も使って作製されています。



#### 【ピラティス「姿勢改善」】 7月30日 (金) 1年目

最初に呼吸法を習い、ゴムバンドを使いながら、体全体のストレッチを行いました。  
普段なかなか動かさない部位を動かして気持ちよかったと、大好評でした。





# 単発講座 受講生募集



新型コロナウイルス感染拡大防止早期集中対策により、単発講座の日程を変更しました。

スマホやパソコンを日頃使って、「調べたいことや、これどうやるの？」など困ったことは誰でもあるかと思います。どんなことでも大丈夫！ それぞれの講師の方が教えてくださいます。わからないことはメモしておいて、当日質問してくださいね。

疑問をスッキリ解消して楽しく、スマホ、パソコンを使ってみましょう。

## 困った時のスマホの操作

講師：滝口 翔太さん  
日時：9月30日（木）  
9時～11時30分  
場所：和木公民館  
定員：15名  
持参物：スマートフォン・筆記用具  
受講料：200円  
申込期限：9月22日（水）

## パソコン応用教室

講師：松田 美香さん  
日時：10月4日（月）  
10時～12時  
場所：和木公民館  
定員：15名  
持参物：パソコン、筆記用具  
受講料：200円  
申込期限：9月24日（金）

## お知らせ

## 参加者 募集

和木自治振興会 保健体育部

## グラウンドゴルフ大会

和木地域の皆様の健康と親睦を兼ねて、グラウンドゴルフ大会を開催いたします。

開催日 9月19日（日）  
開会式 10時（受付9時30分～）  
場所 和木地域ふれあい交流センター（旧和木小学校）グラウンド  
対象 小学生以上  
申込み 各地区保健体育部員まで



公民館の利用についてご意見・ご要望などお寄せください。

生涯学習相談員 信藤 松田