



# 本郷公民館だより

5月1日(月)19:00から

本郷しの笛の会 の開講式を行いました

しの笛は日本の伝統楽器です。最初は吹き方から基本を学びますが、音出しにちょっと苦戦します。しかし、一度音が出ると、しの笛のとりこになるのは間違いないです。  
皆さんで楽しんで演奏できるようになると良いですね。



## 体験講座のご案内

## 体験講座予定



### 浴衣の簡単着付け

7月 8日(土)  
10:00~12:00

場 所	大会議室
定 員	20名
対 象	大人(子ども可)
受講料	100円
持参物	浴衣、帯、腰ベルト、紐2本 コーリンベルト、帯板 タオル2枚
申込期限	7月7日(金)まで
問合せ	本郷公民館 86—4811

### 作ってみよう! 懐かしの学校給食



日 時 8月5日(土)  
10:00~13:00

※ 詳しくは『本郷公民館だより7月号』  
または『広報みはら7月号』をご覧ください。

粘土や軽量粘土で作る  
かぶとむし☆カップケーキ  
の講座は8月中旬の  
予定です。



## 公民館周りがとても綺麗になりました。

5月18日(木)、公民館を利用されておられる団体の皆様のご協力により、公民館周りの草刈りを行いました。お陰で施設が見違えるようになりました。

ご協力頂いた皆様、本当にありがとうございました。

本郷公民館運営委員会一同

## 『健康に役立つ気功』の講座が、5月13日に行われました。

顔のツボを教わりながら、顔マッサージを行いました。これらのツボには様々な効果があることを学び、更に頭や体のツボの位置も教わりました。また、休憩を挟んで心と体をリラックスさせた状態で音楽に合わせて『八段錦』を行いました。ゆっくりなのに何故かじんわり汗が出てきます。

休憩には美味しい「菊茶」を頂きましたが、この「菊茶」にも色々な効果がありました。

講師 大政節子さん



昨年の11月22日に園芸教室でハンギングバスケットの製作をされました。

その時に受講された方がとても綺麗に花を咲かせておられました。

パンジー・ビオラが所狭しと咲き誇ったハンギングバスケット見事でした。

## ☆6月の行事・講座予定表☆

日	曜日	行事・講座	日	曜日	行事・講座
1	木	邦楽グループ・エアロとリズム体操	15	木	本郷陶芸・エアロヒトリズム体操・フルート
2	金	みにまーる・カレア・健康体操・老犬カラオケ 体操教室・太鼓	16	金	本郷陶芸・みにまーる・カレア・健康体操・老犬カラオケ 体操教室・太鼓
3	土	囲碁・空手	17	土	囲碁・空手
4	日		18	日	
5	月	ペン字・クラフト・本郷しの笛の会(主)・銭太鼓 ピース太極拳	19	月	本郷しの笛の会(主)・銭太鼓・ピース太極拳
			20	火	フレンズ・カレア・健康体操・ソシアルダンス・太鼓
6	火	フレンズ・カレア・健康体操・ソシアルダンス・太鼓	21	水	太極拳モーニングⅡ・わんぱくらんど
7	水	太極拳モーニングⅡ・わんぱくらんど・3B体操	22	木	邦楽グループ・アーチカルエクササイズ(主)・フルート
8	木	沼田川焼物・邦楽グループ・フルート	23	金	みにまーる・健康体操・体操教室
9	金	沼田川焼物・みにまーる・健康体操・体操教室	24	土	囲碁・レイフラワー・気功・空手
10	土	囲碁・レイフラワー・気功・空手	25	日	太鼓
11	日		26	月	絵手紙教室・ピース太極拳・燻製
12	月	絵手紙教室・クラフト・ピース太極拳	27	火	フラワーアレンジメント・健康体操・ソシアルダンス・太鼓
13	火	フラワーアレンジメント・健康体操・ソシアルダンス・太鼓	28	水	秀諒会・太極拳モーニングⅡ・3B体操
			29	木	エアロリズム体操
14	水	秀諒会・太極拳モーニングⅡ・3B体操	30	金	健康体操・体操教室

5月19日受付分まで掲載しております。

ご利用申込はお早めをお願いします。 本郷公民館 86-4811 (吉岡・東)