

# 2月号 神田公民館だより

三原市大和町下徳良 106-1  
TEL0847-33-1725  
FAX0847-33-0316

## 『いきいき100歳体操』やっています。

毎週木曜日：10時～11時  
神田公民館 集会室

事前のお申し込みは不要です。



椅子に座った状態でゆっくりと行う簡単な体操です。筋力の維持・向上に効果があります。定期的に体を動かすことで、老化のスピードを遅らせることができます。いくつになってもできる体操をご紹介しますので、お気軽にご参加ください。



お知らせ

3月3日(日)

『神田公民館まつり』を開催いたします♪

各講座の作品展示・舞台発表  
お茶・生け花の体験コーナー  
ビンゴゲーム大会  
炊き込みご飯(無料)があります。



たくさんのご来場をお待ちしております。



## 平成31年度主催講座

来年度の三原市主催講座の募集が、3月から始まります。神田公民館においては、下記の講座を予定しています。受講を希望される方は、「広報みはら」3月号の募集要項をご確認のうえ、往復ハガキでお申込みください。

【楽しくストレッチ体操】  
開講式：5月10日(金) 13:30  
開講日：第2・第4 金曜日(月2回)  
時間：13:30～15:00

【古布で簡単小物とウエア】  
開講式：5月16日(木) 13:30  
開講日：第3木曜日(月1回)  
時間：13:30～15:30



## 団体登録について

平成31年度の団体登録を希望される団体は、お早めに登録の手続きをお願いいたします。



2月度講座予定表			
日	曜	講座	講座
1	金	囲碁を楽しもう	リフレッシュヨガ
2	土	DANCE BLOOD	銭太鼓ポップコーン書の教室
3	日	桔梗クラブ	
4	月	頭の体操	大正琴ピナス
5	火	老大パソコン	大和ビデオクラブ
6	水	プア・ナニ・イリマ	カウイモキハナ リコ
7	木	いきいき100歳体操	大和なでしこ3B体操
8	金	楽しくストレッチ体操	リフレッシュヨガ
9	土	MARRON ENGLISH	銭太鼓ポップコーン書の教室
10	日	桔梗クラブ	
11	月	カプア・ロケ・ピーチ	頭の体操
12	火	天翔会	三味線教室
13	水	着付教室	カウイモキハナ リコ
14	木	いきいき100歳体操	パッチワーク
15	金	カウイモキハナ大和	囲碁を楽しもう
		カウイモキハナ リコ	リフレッシュヨガ
16	土	DANCE BLOOD	銭太鼓ポップコーン書の教室
17	日	桔梗クラブ	
18	月	頭の体操	カプア・ロケ・プア・マヒナ
19	火	老大パソコン	ご近所の集い
20	水	茶道クラブ(四つ葉)	プア・ナニ・イリマ
21	木	いきいき100歳体操	大和なでしこ3B体操
22	金	楽しくストレッチ体操	リフレッシュヨガ
23	土	MARRON ENGLISH	大正琴ピナス
24	日	桔梗クラブ	
25	月	カプア・ロケ・ピーチ	手芸教室
26	火	天翔会	三味線教室
27	水	着付教室	大和エコライフを広める会
28	木	いきいき100歳体操	パッチワーク
		大和絵手紙クラブ	オカリナ心音



講座のお申し込み、お問い合わせは、神田公民館までお気軽にご連絡ください。

TEL:0847-33-1725 FAX:0847-33-0316

生涯学習相談員 山内、阪井

