

# 公民館

## 受講生募集

\*申込み・問い合わせは、公民館へ。電話・FAXでも可。  
\*日時・内容については、変更になる場合もあります。

### おしゃべりサロン

第9回 2月8日(火)  
午前10時～11時30分

「体ごとにおしゃべり」

第10回 3月8日(火)  
午前10時～11時30分

「お楽しみ会」

みんなの成長をお祝いしましょう

参加費 各回 100円

持ち物 〓カップ(親子)・手ぶき

※自由参加。時間までに公民館にお集まりください。

### ピラティス&ストレッチ講座

☆体の内側からきれいになー!

日時 〓2月16日・23日・3月

2日・9日・16日(水)

午後1時～2時30分

講師 〓PFA認定ピラティス

インストラクター

砂田 貴子さん

持ち物 〓ヨガマットまたはそれに代わる物

定員 〓20人

申込み 〓2月10日(木)まで



## 講座の予定

\*公民館で開催中の、講座のお知らせです。

### 中年からの元氣学講座

第3回 2月10日(木)

午前10時～11時30分

「ヤセ我慢するオス・立ち直りの早いメス」

〓ストレス反応の性差

講師 〓宇都宮大学農学部

青山 真人さん

第4回 2月16日(水)

1 ☎3510  
5 ☎7930  
〒329-0611  
上三川町大字  
上三川3970

午前10時～11時30分

「自分でできるツボ体操」

講師 〓整体トレーナー

増淵 チエ子さん

第5回 2月24日(木)

午前10時～11時30分

「じぶんねとまかせ」

講師 〓方言作家

嶋 均三さん

※第3・5回は受講生以外の参加も受け付けます。

開催前日までに申し込んでください。(電話可)

## 《お知らせ》

☆3月4日(金)から6日(日)までは「公民館フェスティバル」開催のため、公民館の貸館はいたしませんので、あらかじめご了承ください。



## 2/11～3/10までの予定表

学習・行事予定

(自主グループ)

24	23	22	21	20	19	18	17	16	15	14	13	12	11
木	水	火	月	日	土	金	木	水	火	月	日	土	金
中年からの元氣学⑥・ペン習字⑫ パソコン・エクセル④	ピラティス&ストレッチ②		休館日	休館日(しらさぎ駅伝大会)	少年少女合唱教室	パソコン・エクセル③	ふるさと再発見⑤ パソコン・エクセル②	中年からの元氣学④ ピラティス&ストレッチ① パソコン・エクセル①		休館日	みんなのついで	少年少女合唱教室	休館日
二胡 太極拳上三川	籐工芸 童謡唱歌	パステル 3B体操 太極拳弓歩			布楽の会 こども美術 水墨画 コーラス 囲碁	生け花 絵手紙 和紙人形	リトミック 七宝焼 俳句 押花アート 刺しゅう 太極拳上三川	短歌 籐工芸 お箏	ステンドグラス 3B体操 太極拳弓歩			こども美術 コーラス 囲碁	

# 第25回 公民館フェスティバル

日時＝3月6日(日)午前9時～午後3時

公民館で活動している、自主学習グループ・団体等の、学習成果の発表や活動紹介をしながら、体験コーナーを企画、町民の皆さんとの交流を楽しみに、ご来館をお待ちしています。

### 催し物

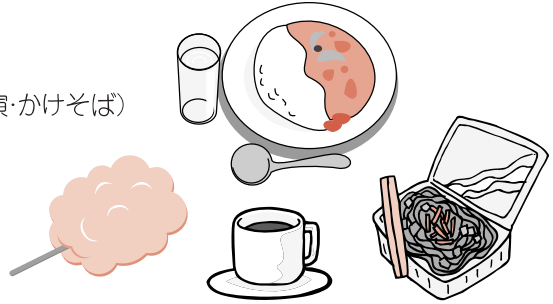
- \*作品展示(1階～3階)  
午前9時～午後3時
- \*ステーション部門  
午前10時～正午  
「パントマイムショー」  
「合唱・合奏・実技」
- \*図書館「ブックリサイクル」  
午前10時～午後2時
- \*「マジックバルーン」  
午前10時30分～午後3時

### 体験コーナー

- 午前10時30分～午後2時
- \*こども美術      \*七宝焼
  - \*押花アート      \*籐工芸
  - \*パッチワーク    \*絵手紙
  - \*折り紙            \*すのこ作り
  - \*工作と遊びのひろば
  - \*ベーゴマあそび

### 模擬店

- \*手打ちそば(実演・かけそば)
- \*カレー
- \*焼きそば
- \*手作り菓子
- \*駄菓子・綿あめ
- \*コーヒー



### ファミリー映画会

「トイストーリー3」  
時間＝午後1時～2時40分  
定員＝150人(先着順)

※開催内容・時間等は、変更になる場合もあります。



10	9	8	7	6	5	4	3	2	1	3月
木	水	火	月	日	土	金	木	水	火	
	ピラティス&ストレッチ④	おしゃべりサロン⑩	休館日	第25回公民館フェスティバル開催	第25回公民館フェスティバル会場展示	第25回公民館フェスティバル会場準備		ピラティス&ストレッチ③		
しらさぎ音楽会 リトミック 太極拳上三川	歌謡 童謡唱歌 ハイキング	3B体操 太極拳弓歩					七宝焼 押花アート 太極拳上三川 リトミック	籐工芸 童謡唱歌 お箏	スタンダードグラス 3B体操 太極拳弓歩 ハイキング	

28	27	26	25
月	日	土	金
休館日		少年少女合唱教室	手芸教室 パソコン・エクセル⑤
	絵画 二胡	しらさぎ音楽会 童謡唱歌 コーラス 囲碁	