

☎ 56 3510
FAX 56 7930

〒329-0611
上三川町大字上三川3970

中央公民館

※ 講座の申込み・お問い合わせは公民館へお問い合わせください。
※ 日時、内容については、変更になる場合があります。

受講生募集

「中年からの元気学」

第3回「健康長寿の秘訣―無二少三多」

◆日時=2月3日(土)

◆講師=国際医療福祉大学病院
教授 安藤 康宏さん
健康運動指導士
原 美穂子さん

第4回「ウォーキング～ストレッチと正しいウォーキングの実践」

◆日時=2月16日(金)

◆講師=ヘルスケアトレーナー
小室 史恵さん

第5回「認知症を知って予防」

～ならないために気をつけること、
物忘れ以外に気をつけた方がよいこと～

◆日時=2月22日(木)

◆講師=獨協医科大学認知症医療
センター副センター長
医師 渡邊 由佳さん

◆時間=午前10時～11時30分

◆定員=40名程度

◆参加費=無料

託児ボランティア募集

「はっぴいMaMa講座」で、お母さんが学習している間、お子さんを預かり、一緒に遊ぶボランティアを募集します。特に資格は要りませんので、子どもが好きな方、子育ての経験を活かしたい方、ぜひご協力ください。

◆日時=「はっぴいMaMa講座」
の開催日(年間10回程度)

◆時間=午前10時～11時30分

*詳しくは公民館にお問い合わせください。

手芸教室

～パッチワークのコース～

「素敵なポーチを作ろう！」

リボンとフリルのかわいいポーチを作ります。

◆日時=2月23日、3月9・16日
(金曜全3回)

午後1時30分～3時30分

◆講師=チェリーキルト
荒井 明子さん

◆材料代=1,300円

◆定員=15名

◆申込=2月15日(木)まで

キッズひろば

「冬の日光で雪と遊ぼう」

日光湯元～スノーシューハイク～

雪遊びコース&歩け歩けコース

◆日程=2月17日(土)

◆時間=午前8時～午後5時

◆講師=日光自然博物館指導員

◆参加費=1人300円

◆対象=年長から中学生親子

◆定員=40名(先着)

◆申込=2月9日(金)まで

「ビーズとプラ板でオリジナルキーホルダーを作ろう」

☆新学期にキラリと光る自分だけのモノを！

◆日程=3月27日(火)

◆時間=午前9時30分～11時30分

◆材料代=200円

◆定員=15名(小さいお子さんは親子でご参加ください)

◆申込み=3月15日(木)まで

おしゃべりサロン

第9回 2月13日(火)

◆時間=午前10時～11時30分

「愛情いっぱい、おやつづくり」

かぼちゃと豆乳のスープ

◆参加費=100円

◆持ち物=カップ・手ふき(親子)

第10回 3月13日(火)

◆時間=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=100円

◆持ち物=カップ・手ふき(親子)

※第9,10回とも参加の申込みの必要はありません。時間までに公民館にお集まりください。

初めてのパッチワーク教室

☆新しい事、始めませんか。布をつなぎ合わせて作りましょう。

【内容】針刺し・ミニトートバック・クリスマススタペストリー

◆日時=

4月3・17日、5月8・22日、

6月5・19日、7月3・10日、

8月28日、9月4・11日

10月2・16・30日

11月13・20日

(全16回 火曜日)

午前9時30分～11時30分

◆材料代=実費(3,000円程度、全回分)

◆募集対象=パッチワークの初心者

◆定員=10名

◆申込み=3月15日(木)まで

2月		
11	日	
12	月	休館日
13	火	
14	水	パソコン教室
15	木	パソコン教室 スタイルアップ
16	金	元気学講座 パソコン教室
17	土	少年少女合唱教室 ヴォーカルアンサンブル
18	日	休館日
19	月	休館日
20	火	
21	水	初パッチ
22	木	パソコン教室 元気学講座 スタイルアップ
23	金	手芸教室 パソコン教室
24	土	少年少女合唱教室
25	日	
26	月	休館日
27	火	
28	水	うたごえサロン
3月		
1	木	
2	金	公民館フェスティバル準備
3	土	公民館フェスティバル準備
4	日	公民館フェスティバル
5	月	休館日
6	火	
7	水	
8	木	スタイルアップ
9	金	手芸教室
10	土	

受講生募集

第32回公民館フェスティバル

日時: 3月4日(日) 午前9時～午後3時

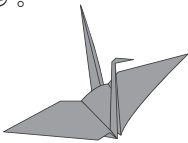
公民館で活動している自主学習グループ・団体等の学習成果の発表や、活動を紹介しします。町民の皆さんとの交流の場として体験コーナー等を企画していますので、ぜひご来館ください。

- 催し物 (無料)**
- ・作品展示(1階～3階)
午前9時～午後3時
 - ・ステージ部門
午前10時～正午
オープニングセレモニー
「マジックショー」
「合唱・二胡・太極拳・オカリナ」
「ボーカルアンサンブル」
「うたごえサロン」
 - ・「ブックリサイクル」
午前10時～午後2時
 - ・ファミリー映画会
「SING(シング)」
午後1時～2時30分
定員150名(先着順)

- 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・コーヒー
 - ・駄菓子・綿あめ・パン



- 体験コーナー (無料)**
- 午前10時30分～午後2時
- ・籐工芸・七宝焼
 - ・押し花アート・絵手紙
 - ・パッチワーク・パステル画
 - ・折り紙・むかし遊び
 - ・工作と遊びのひろば
- ※開催内容・時間等は変更になる場合があります。



お知らせ

3月2日(金)から3月4日(日)までは、「公民館フェスティバル」開催のため、公民館の使用申込はできませんので、ご了承ください。