

豊中町公民館活動一覧（4月）

ジャンル	行事・講座名	実施月日	場所	対象(人数)	内 容
健康	健康マージャン	4月8,22日（火） 9：30～11：30	豊中町農村環境 改善センター	どなたでも （30名）	ルールを知らない方大歓迎！今注目されている健康マージャン。賭けない・吸わない。飲まないことを大前提に、目・指・頭をフル回転させ楽しい時間を過ごしませんか 講師 地域の有志
高齢者 大学	豊中大学	4月24日（木） 13：00～15：00	三豊市市民交流 センター	おおむね60 歳 以上	新しい時代に生きる老人増を求めて、自らの生活態度を確立するとともに、地域社会の進展に寄与するための学習を行う。 演題：「健康の話」 講師：香川労災病院 内科部長 岩田 康義氏
芸術	新聞エコバック	4月募集 5月スタート 毎月第1水曜日 1期（5月～9月） 2期（10月～2月）	豊中町農村環境 改善センター	どなたでも （15名）	新聞紙で誰でも簡単に作れるエコバックです。カラー印刷面や英字新聞等で作れば、地球にやさしいおしゃれなバックが出来上がります。 講師：横山 純子氏 受講料：無料
芸術	ミントクラブ （男性コーラス）	4月募集 5月スタート 毎月第2木曜日 10:00～11:30	芙蓉文化の里館 音楽室	男性 （20名）	コーラス初心者の方大歓迎！ 懐かしい唱歌から昭和の歌謡曲等、歌のハーモニーを楽しみませんか。 歌唱指導：豊岡 真弓氏 ピアノ演奏：山神 千恵子氏
子ども	書き方教室	4月募集 5月スタート 毎月第1・2土曜日 10:00～11:00	豊中町農村環境 改善センター	小学1年生 から 3年生 （10名）	硬筆の基本を学ぶ ☆鉛筆の持ち方・文字を書く時の姿勢 ☆正しい字形のポイントを知る等など ☆落ち着いて文字を書く 講師：筒井 真知子氏 教材費：毎月500円

豊中町公民館活動一覧（4月）

ジャンル	行事・講座名	実施月日	場所	対象(人数)	内 容
芸術	わくわくお針箱	4月募集 5月スタート 毎月第2金曜日 9:30～12:00 13:30～16:00	豊中町農村環境 改善センター	どなたでも (各10名)	伝統的な「つまみ」手芸や、人気のクラフトバンド等、さまざまな手芸に挑戦します。 会費：年間5,500円 材料費：1,000円程度/月 講師：眞鍋 睦 氏
その他	おもしろジャーナル	4月募集 5月スタート 奇数月第2火曜日 10:00～11:30	豊中町農村環境 改善センター	どなたでも (30名)	社会情勢や日常生活に関するタイムリーな話題を解り易く解説 講師：元高瀬町教育長 小野 健一氏 受講料：無料
健康	らくらく癒しの 気功術	4月募集 5月スタート 毎月第2水曜日 10:00～11:30	三豊市市民交流 センター	どなたでも (30名)	東洋では最も優れた変更法の一つとされています。生命力を強化し健康維持と増進を図りませんか。 講師：中国丹東伝統呉式太極拳日本支部長 近井 昭博氏 受講料：年間3,000円
その他	令和のマナー教室	4月募集 5月スタート 毎月第3日曜日 10:00～11:30	豊中町農村環境 改善センター	どなたでも (30名)	知っているようで知らない暮らしのマナー今さら聞けないマナー等、令和の時代にあった日常生活に役立つマナーを学びます。 講師：要 多喜代氏 受講料：年間3,000円
歴史	歴史探訪	4月募集 5月スタート 年間4回 10:00～11:30	現地集合	どなたでも (30名)	三観地区の寺社仏閣の由来について学びます。 講師：住職または神職 受講料:無料 ※拝観料が必要な場合は自己負担

豊中町公民館活動一覧（4月）

ジャンル	行事・講座名	実施月日	場所	対象(人数)	内 容
芸術	歌遊び	4月募集 5月スタート 毎月第4木曜日 10:00～11:30	芙蓉文化の里館 音楽室	どなたでも (40名)	心を揺さぶる童謡や唱歌など、楽しく大きな声で歌いましょう。歌って笑って心豊かな時間を過ごしませんか。 歌唱指導：豊岡真弓 氏 ピアノ演奏：山神 千恵子氏 ☆年会費 3,000円
健康	ウォーキング＆ランニング教室	4月募集 5月スタート 毎月第4金曜日 19:30～21:00	山本町ふれあい公園	どなたでも (50名)	健康づくりのウォーキングから競技マラソンまで、個人の体力にあった体づくりをお手伝いします。 車いすでの参加可（要相談） 講師：カラダラボチーフトレーナー 高木 駿氏 受講料：無料
健康	フローヨガ	4月募集 5月スタート 毎月第4日曜日 10:00～11:30	三豊市市民交流センター	どなたでも (30名)	フローとは「流す・流れる」という意味があり、呼吸を意識しながら体を動かし、様々なポーズへと繋げ体の調子を整えます。 講師 宇賀花栄 氏 ☆年会費 3,000円
高齢者健康	笑顔まんてん教室	4月募集 5月スタート 毎月第4火曜日 10:00～11:00	三豊市市民交流センター	70歳以上の方 (30名)	日常生活に繋がる動きや、脳トレ・レクリエーション等を楽しみながら無理なく体・頭を動かしませんか。 講師：カラダラボトレーナー 山本祐衣氏 受講料：無料
健康	知っ得!! 予防体操	4月募集 5月スタート 毎月第4水曜日 10:00～11:00	三豊市市民交流センター	どなたでも (30名)	毎月一つの痛みについて解説をします。その痛みの予防改善・ほぐし・トレーニングを紹介します。 講師：カラダラボチーフトレーナー 高木 駿氏 受講料：無料

豊中町公民館活動一覧（4月）

ジャンル	行事・講座名	実施月日	場所	対象(人数)	内 容
その他	学びくらぶ	4月募集 5月スタート 年間3回	県外	どなたでも (50名)	～” 歴史・文化・芸術” をたずねて～ ・日本の伝統文化を学びます ・坂や階段が多くあり、徒歩での移動になります ・交通費・入館料等実費が必要になります ・実施の案内は後日お知らせいたします
その他	スマホ教室	4月募集6月スタート Ⅰ期 (6/10.24.7/8) Ⅱ期 11/11.25.12/9)	豊中町農村環境 改善センター	Ⅰ期・Ⅱ期 (各20名)	詐欺対策や防災情報・災害時の連絡方法等 について学びます。 講師：スマホアドバイザー 受講料：無料 ※スマートフォンは準備いたします。
※この情報に関するお問い合わせはこちら 豊中町公民館 ☎769-1506 豊中町本山甲160番地1 TEL0875-24-9154					