

豊中町公民館活動一覧（6月）

| ジャンル | 行事・講座名    | 実施月日                        | 場所                | 対象(人数)                      | 内 容  |
|------|-----------|-----------------------------|-------------------|-----------------------------|--|
| 健康   | 健康マーじゃん   | 6月3,10,17日(火)<br>9:30~11:30 | 豊中町<br>農村環境改善センター | どなたでも<br>(30名)<br>※募集終了     | ルールを知らない方大歓迎！今注目されている健康マーじゃん。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<br>講師 地域の有志 |
| 芸術   | 新聞エコばっく   | 6月4日(水)<br>10:00~12:00      | 豊中町<br>農村環境改善センター | どなたでも<br>(15名)<br>※前期募集終了   | 新聞紙で誰でも簡単に作れるエコばっくです。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ばっくが出来上がります。<br>講師：横山純子 氏<br>受講料：無料    |
| 健康   | ヘルスサポート教室 | 6月5,19日(木)<br>10:00~11:00   | 三豊市総合体育館          | どなたでも<br>(20名)<br>※募集終了     | 最新のスポーツ科学の知識を取り入れながら、筋トレやボールを使って楽しく運動をします。<br>講師：清水 幸一氏<br>共催：豊中町公民館                     |
| その他  | 学びくらぶ     | 6月9日(月)<br>6:00~19:00       | 大阪関西万博            | どなたでも<br>(50名)              | ～”体験活動を中心に学びを深めます”～<br>・坂や階段があり、徒歩での移動になります<br>・交通費・入館料等実費が必要になります                       |
| その他  | スマホ教室     | 6月10日(火)<br>13:30~15:00     | 豊中町<br>農村環境改善センター | I期・II期<br>(各20名)<br>※I期募集終了 | 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。<br>講師：スマホアドバイザー<br>受講料：無料<br>※スマートフォンは準備いたします。              |

豊中町公民館活動一覧（6月）

| ジャンル | 行事・講座名             | 実施月日                                      | 場所                | 対象(人数)                           | 内 容  |
|------|--------------------|---|-------------------|----------------------------------|--|
| 健康   | らくらく癒しの<br>気功術     | 6月11日(水)<br>10:00~11:30                   | 三豊市市民交流<br>センター   | どなたでも<br>(30名)                   | 東洋では最も優れた変更法の一つとされています。<br>生命力を強化し健康維持と増進を図りませんか。<br>講師：中国丹東伝統呉式太極拳日本支部長<br>近井昭博 氏<br>受講料：年間3,000円 |
| 芸術   | ミントクラブ<br>(男性コーラス) | 6月12日(木)<br>10:00~11:30                   | 芙蓉文化の里館<br>音楽室    | 男性(20名)                          | コーラス初心者の方大歓迎！<br>懐かしい唱歌から昭和の歌謡曲等、歌のハーモ<br>ニーを楽しみませんか。<br>講師：豊岡真弓 氏<br>ピアノ 山神千恵子 氏                  |
| 芸術   | わくわくお針箱            | 6月13日(金)<br>午前9:30~12:00<br>午後13:30~16:00 | 豊中町<br>農村環境改善センター | どなたでも<br>(各10名)                  | 伝統的な「つまみ」手芸や、人気のクラフト<br>バンド等、さまざまな手芸に挑戦します<br>会費：年間5,500円<br>材料費：1,000円程度/月<br>講師 眞鍋 睦 氏           |
| 子ども  | 書き方教室              | 6月14,21日(土)<br>9:30~10:30                 | 豊中町<br>農村環境改善センター | 小学1年生から<br>3年生<br>(10名)<br>※募集終了 | 硬筆の基本を学ぶ<br>☆鉛筆の持ち方・文字を書く時の姿勢<br>☆正しい字形のポイントを知る等など<br>☆落ち着いて文字を書く<br>講師：筒井真知子 氏 教材費：毎月500円         |
| その他  | 令和のマナー教室           | 6月15日(日)<br>10:00~11:30                   | 豊中町<br>農村環境改善センター | どなたでも<br>(30名)                   | 知っているようで知らない暮らしのマナー今<br>さら聞けないマナー等、令和の時代にあった<br>日常生活に役立つマナーを学びます。<br>講師：要 多喜代 氏<br>受講料：年間3,000円    |

豊中町公民館活動一覧（6月）

| ジャンル  | 行事・講座名      | 実施月日                    | 場所          | 対象(人数)                    | 内 容  |
|-------|-------------|-------------------------|-------------|---------------------------|--|
| 歴史    | 歴史探訪        | 6月18日(水)<br>10:00~11:30 | 仁尾町浪打八幡宮    | どなたでも<br>(30名)<br>※募集終了   | 三貫地区の寺社仏閣を巡り、歴史や由来・地域との関わりについて、各住職や神職から学ぶ。<br>講師：住職」または神職<br>費用：拝観料が必要な場合は自己負担   |
| 高齢者   | 豊中大学        | 6月19日(木)<br>8:00~17:45  | 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。<br>講師：香川県西讃県民センター消費生活相談員<br>藤岡 喜恵氏<br>演題：「悪徳商法にご用心～巧妙化する手口と対処方法」 |
| 子ども   | おはなしDEクッキング | 6月22日(日)<br>13:30~15:00 | 豊中町保健センター   | 年長～<br>小学2年生<br>親子(10組)   | 読み聞かせ後、絵本や物語に出てくる”おやつ”を作ります<br>講師：読み聞かせ 早海月美氏<br>：調理指導 齋藤恵子氏<br>費用：年間 一組 3,500円  |
| 高齢者健康 | 笑顔まんてん教室    | 6月24日(火)<br>10:00~11:00 | 三豊市市民交流センター | 70歳以上の方<br>(30名)<br>※募集終了 | 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<br>講師：カラダラボトレーナー 山本祐衣氏<br>受講料：無料   |
| 健康    | 知っ得!! 予防体操  | 6月25日(水)<br>10:00~11:00 | 三豊市市民交流センター | どなたでも<br>(30名)<br>※募集終了   | 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。<br>講師：カラダラボチーフトレーナー 高木 駿氏<br>受講料：無料  |

## 豊中町公民館活動一覧（6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                | 6月26日(木)<br>10:00~11:30 | 芙蓉文化の里館<br>音楽室  | どなたでも<br>(40名)<br>※募集終了 | 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。<br>講師：豊岡真弓 氏<br>ピアノ 山神千恵子 氏<br>☆年会費 3,000円     |
| 健康   | ウォーキング&<br>ランニング教室 | 6月27日(金)<br>19:30~21:00 | 山本町ふれあい公園       | どなたでも<br>(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<br>車いすでの参加可（要相談）<br>講師：カラダラボチーフトレーナー 高木 駿氏<br>受講料：無料 |
| 健康   | フローヨガ              | 6月29日(日)<br>10:00~11:30 | 三豊市市民交流<br>センター | どなたでも<br>(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。<br>講師 宇賀花栄 氏<br>☆年会費 3,000円             |

※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