

三野町公民館活動一覧（5月）

| ジャンル | 行事・講座名 | 実施月日 | 場所 | 対象(人数) | 内 容 |
|-----------|-------------------|--|----------------------------|----------------|---|
| 健康 | ノルディックウォーク 教室 | 毎週金曜日 8:00～9:00 | 宗吉瓦窯跡史跡公園 | どなたでも (20名) | ボールを使ったストレッチ体操の後、宗吉史跡公園内を2本のボールを使ってウォーキング。 通常のウォーキングに比べ20～30%運動効果がアップします。歩行に不安のある方もボールがあれば安定して歩けます。 準備物::：飲み物・タオル ノルディックポール貸出可 受講料：無料 |
| 健康 | サビとりストレッチ 教室 | 5月8日(金) 5月22日(金) 13:30～15:00 | 地域交流館大見 | 一般 | 身体ほぐしのストレッチで美姿勢めざしましょう 講師：古市 敬子氏 会費：500円 準備物：飲み物・タオル・ヨガマット等 |
| 子ども | チャレンジサタデー | 5月9日(土) 10:00～ | 三野町 生涯学習センター | ※募集終了 | レクリエーションゲームをしながら楽しく仲間づくり。 講師：喜多直美氏 参加費：年間2,000円を収集します。 |
| 女性セミナー | PPバンドの カゴバック教室 | 5月11日(月) 5月18日(月) 5月25日(月) 13:30～ | 三野町 生涯学習センター 201・202 | ※募集終了 | 荷造り用のPPバンドを編んで丈夫で水洗いのできるカゴバックを作ります。（全4回で完成） 参加費：小500円・大650円 持ち物：定規・ハサミ・メジャー・せんたくバサミ |
| 高齢者 大学 | みの大学 | 5月13日(水) 13:30～ | 三野町 生涯学習センター | 概ね 60歳以上の方 | 音楽で昔にもどろう♪ 講師：大浦 美樹氏 日本音楽療法学会認定 音楽療法士 参加費：無料 |

三野町公民館活動一覧（5月）

| ジャンル | 行事・講座名 | 実施月日 | 場所 | 対象(人数) | 内 容 |
|------|--------------|-------------------------|-------------|--------|--|
| 歴史 | いにしえのさぬきをめぐる | 5月14日(木) 8:10出発 | 隣地研修 | ※募集終了 | 瀬戸内海歴史民俗資料館・香川県立ミュージアム 講師：橋詰 茂氏 参加費：3,000円程度 集合場所：三野町生涯学習センター |
| 料理 | 発酵食教室 | 5月15日(金) 9:30～ | 市民センター仁尾調理室 | ※募集終了 | 糀を学ぼう！塩糀・甘糀 講師：丸岡 敦子 氏 丸岡味噌糀製造所 参加費：実費 仁尾町公民館と共催 |
| 健康 | 三豊市民病院健康講座 | 5月21日(木) 14:00～15:00 | 市民センター詫間 | 一般 | 三豊市三病院の医師や医療スタッフが地域へ出向き健康についてのお話や体操を行います。 定員：30名 参加費：無料 |
| 子ども | 放課後子ども教室 | 5月28日(木) 16:00～16:45 | 地域交流館大見 | 小学生 | 人形浄瑠璃チャレンジ教室で恵比寿舞を学ぼう 講師：讃岐源之丞保存会 参加費：無料 |

※この情報に関するお問い合わせはこちら
 三野町公民館 〒767-0032
 三野町下高瀬1978番地1
 TEL:0875-24-9153