

## 仁尾町公民館活動一覧（5月）

ジャンル	行事・講座名	実施月日	場所	対象(人数)	内 容
その他	健康マージャン教室	5月11,18,25日(月) 13:00~15:00	市民センター仁尾 つたじま	どなたでも (32名) ※募集終了	指・脳の体操、お喋りや笑顔から「健康づくり・仲間づくり・生きがいづくり」を目的に行う教室です。 講師：有志の方々 内容：マージャン 参加料：無料
高齢者 大学	仁保大学・婦人教室	5月13日(水) 13:30~15:00	市民センター仁尾 多目的ホール	概ね 60歳以上の方	「誰でも・気軽に・楽しく」をテーマにみんなが学べる場所づくりを考えています。 講師：三豊市地域包括支援センター 内容：①講演：高齢者の健康づくり ②開講式 受講料：無料
料理	発酵食教室	5月15日(金) 9:30~11:30	市民センター仁尾 調理実習室	どなたでも (10名)	酵素による微生物のチカラで腸内環境を整える発酵食品は私たちの日々の健康維持の強い味方です。 講師：丸岡味噌製造 丸岡敦子氏 多田みよ子氏 内容：麴を学ぼう！塩麴・甘麴 参加料：実費 定員：仁尾町10名 三野町10名
健康	のびのびストレッチ	5月19,26日(火) 10:00~11:30	市民センター仁尾 つたじま	どなたでも (15名)	柔軟性・筋力・バランス向上・認知症予防などを養う体操、のびのびと、自分あった無理にない体操教室です。 講師：古市敬子氏 受講料：無料
料理	レディースキッチン	5月20日(水) 9:30~12:00	市民センター仁尾 調理実習室	どなたでも (16名) ※募集終了	料理をしながらの仲間づくりや会話を楽しめる教室です。手ごねで簡単に作るパン教室です。 講師：福本加代子氏 内容：カレーパン・わらびもち・スープ・サラダ 参加料：500円

## 仁尾町公民館活動一覧（5月）

ジャンル	行事・講座名	実施月日	場所	対象(人数)	内 容
子ども	仁尾小学校 「米づくり体験活動」	5月(未定) 13:55~14:55	仁尾小学校	生徒27名 ※募集終了	食育のお勉強（5年生）対象 1年間を通じて、もみまき→田植え→稲刈り、脱穀 講師：地域の方・JA仁尾支店 内容：もみまき

※この情報に関するお問い合わせはこちら  
 仁尾町公民館 〒769-1407  
 仁尾町仁尾辛34番地2  
 TEL:0875-24-8406