

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
その他	PPバンドのかごバック づくり基礎講座	5月7日・14日・ 21日・28日 9:30～	生涯学習センター	一般	荷造り用PPバンドでバッグを編みます。初心者向けの基礎講座です。 全5回連続で参加できる方が対象です。 持ち物: ハサミ・洗濯ばさみ・メジャー他 費 用: 500円【全5回】
高齢者	みの大学	5月8日(水) 13:30～	生涯学習センター	一般	音楽で昔にもどろう 講 師: 大浦 美樹 氏
健康	ノルデックウォーク 教室	毎週金曜日 5月10日・17日・24日 8:00～9:00	宗吉瓦窯跡史跡公園	どなたでも (20名)	ポールを使ったストレッチ体操の後、宗吉史跡公園内を2本のポールを使ってウォーキング。 全身の約90%の筋肉を使用する有酸素運動なので、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。歩行に不安を感じる高齢者にも広がりをもたせて医療や介護の場への導入例も少なくありません。 持ち物: 飲み物・タオル ※ノルディックポール貸出可
子ども	チャレンジサタデー	5月11日(土) 10:00～	三野町保健センター	町内の小学生 4～6年生	レクリエーション 体を動かし楽しく仲間づくり 費 用: 2,000円【年間】

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16日(木) 10:00～	生涯学習センター	一般	古の讃岐をテーマに座学と合わせて臨地研修を含む全10回 講 師: 橋詰 茂 氏 費 用: 1,000円【年間】
料理	発酵食教室	5月17日(金) 9:30～	市民センター仁尾 調理実習室	一般 (10名)	糀や発酵の力を食生活に活用する講座です。 費 用: 実費 共 催: 仁尾町公民館
健康	ピラティス教室	5月20日(月) 10:00～	生涯学習センター	一般	ストレッチポールを使ったピラティスで体幹トレーニングします。 講 師: 片山 有佳 氏 持ち物: ヨガマット・ストレッチポール
子ども	放課後子供教室	5月23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～太鼓に挑戦！～ 牛乳パックで太夫イスをつくろう ※登録制です。

※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