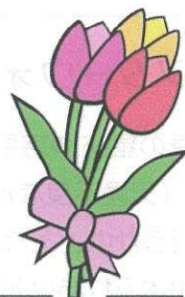


やまもとセミナー



期 間：令和 7 年 5 月～令和 8 年 3 月（全 11 回）
日 時：毎月第 3 水曜日
午前 10 時～
場 所：山本町生涯学習センター 研修室 他
年会費：300 円



日 程	学習テーマ	講 師
5/21	正しい言葉使いについて	全日本作法会教授 要 多喜代 先生
6/18	夏を元気に過ごそう —熱中症対策—	大塚製薬株式会社
7/16	フレイル測定	三豊市地域包括支援センター
8/20	免疫力を高める実践法	管理栄養士・食育指導士 則久 郁代 先生
9/初旬	健康教育講演会	会場：観音寺ハイスタッフホール (バス送迎あり) 詳細再度周知
10/15	視 察 研 修	未 定
11/19	空き家を考えよう ～早めが肝心！空き家対策～	香川県消費生活センター
12/17	年末に向けての 交通安全・防犯対策	三豊警察署
1/21	健康料理教室	未 定
2/18	高めていきたい人権意識	人権教育指導員
3/11	ヤクルト健康教室	香川ヤクルト販売株式会社 管理栄養士

～ お申し込み方法 ～

やまもとセミナー・定期講座につきましては、山本町公民館まで電話(24-9152)
または裏面申込書をご持参ください。(お問い合わせも山本町公民館まで)
尚、定員のある講座は、定員になり次第受付を終了いたします。

各種イベント・一日講座につきましては、開催日が近づきましたら、チラシ・
ポスター等で募集いたします。

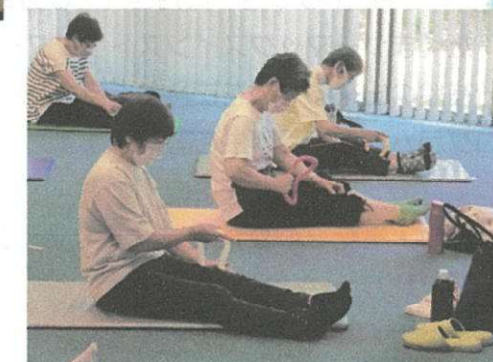


令和 7 年度版 公民館生涯学習だより

やまもと



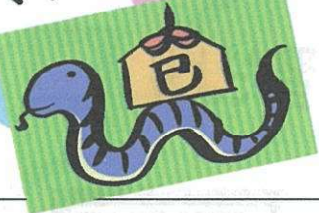
～人と人、人と地域、今日と明日をつなぐ公民館～
公民館講座やイベント、町内で活動しているクラブ・同好会をご紹介



発行：三豊市山本町公民館（山本町生涯学習センター内）
〒768-0103 香川県三豊市山本町財田西 154 番地
【8:30～17:15 開館（月曜休館）】
TEL: (0875) 24-9152 FAX: (0875) 63-1043



令和7年度



山本町公民館講座 受講生募集のお知らせ



やまもとセミナー

作法・健康・防災・防犯・食事・人権など幅広いテーマで学びます。

@山本町生涯学習センター 午前10時～
期間：R7.5月～R8.3月 毎月第3水曜日
(3月は第2水曜日)

※年会費 300円 (5月講座の際に集金いたします)
※詳細につきましては、本誌面の裏面をご覧ください。

けんこう体操教室

たくまシーマックスインストラクターの指導の下、プログラムに沿って体を動かします。

@山本町生涯学習センター 午前10時～11時
期間：R7.5月～R8.3月 毎月第1・3金曜日
講師：たくまシーマックスインストラクター
※水分補給の出来るものをご持参ください。
※プログラムごとに受講生を募集します。

(それぞれのプログラム開講の1か月前より受付)

【窓口・電話 24-9152 での申し込み】

- ▶ 効果的なウォーキング&膝痛予防
5/2～6/20 (全4回)
- ▶ ウェープリング体操
7/4～8/15 (全4回)
- ▶ 睡眠の質を高めるヨガ
9/5～10/17 (全4回)
- ▶ 血流促進ストレッチ
11/7～1/16 (全6回)
- ▶ 肩こり・腰痛予防体操
2/6～3/20 (全4回)



各回定員25名程度

暮らしを守る防災の知恵 —暮らしを整えて災害を乗り越える方法—



@山本町生涯学習センター 午前10時～11時
期間：R7.5月9日～11月 奇数月第2金曜日
講師：防災士・整理収納&お掃除アドバイザー
道久 礼子先生

- ① まずは自分の土地を知る！
防災情報とWEBツールの活用法
- ② 安全と快適さを両立！
整理収納でつくる暮らしの安心空間
- ③ 迷わない備蓄と食品管理！
防災用品と食料品の賢い備え方
- ④ 日常に生かす防災の知恵！
減災を支える生活習慣

各回定員25名

歌って笑って若返り教室



楽しく歌い、音楽療法による脳の活性化促進！
童話や唱歌、懐かしい歌謡曲など…
身体を動かしながら大きな声で歌いましょう！(全6回)
@山本町生涯学習センター 午前10時～11時半
期間：R7.5.23～R8.3 奇数月第4金曜日
講師：音楽療法士 大浦 美樹先生

各回定員25名

定期講座の申し込みは

山本町公民館まで電話、または次ページの
申込用紙に記入の上、切り取ってご持参ください。
ただし、定員になり次第受付は終了いたします。

※定期講座：見開いたページの左側

※イベント・一日講座：見開いたページの右側

スターウォッチング

四季の星座や惑星の様子を天体望遠鏡で観望します。
(天候不良などで観測できない時は、DVD鑑賞を行うか中止となります。)

@山本ふれあい公園 多目的広場(芝生グラウンド)
【年4回(春夏秋冬) 講師：西川操先生
5/3 ・ 7/29
10/25 ・ 2/21 開催予定】



親子木工教室

@山本町生涯学習センター クラフト工房
講師：香川県建設労働組合西讃支部 山本・財田支部の皆さん
日時：8/3(日) 9時～11時半
料金：材料費 1,000円
※技能講座につき小学生以上の参加をお願いします。

定員10組(小学生以上1名以上)

各種イベント開催

開催日が近づきましたら、
チラシ・ポスター(山本町公民館前)等で
募集いたします。

※諸事情により開催内容・日程等に変更がある場合があります。ご了承ください。

吹奏楽団 WEST ロビーコンサート/ふれあい音楽教室

吹奏楽団の生演奏を聴いてみませんか？
流行りの曲や一度は耳にしたことのある曲を演奏して
くださいます。

さまざまな音色をお楽しみください！
@山本町生涯学習センター ロビー
日時：9/28(日) 10時～11時

一日講座

♡わたしだけのお宝づくり♡

各回にて受講生募集をいたします！
みんなで集まって話ししながら、自分だけの作品
づくりを楽しみましょう！(※材料代が必要です。)

@山本町生涯学習センター

- ・ トールペイント
- ・ ちぎり絵
- ・ 糸かけ曼荼羅
- ・ 竹灯り
- ・ お正月用寄せ植え など



を計画しています。
開催日が迫りましたら周知いたします。

お正月だっ！たこあげをしよう！

@山本ふれあい公園 多目的広場
日時：R8.1/4(日) 10時～



キリトリ

令和7年度 山本町公民館講座 申込書 ※該当講座に☑

- ☐ やまもとセミナー ☐ けんこう体操教室(5月・6月)
☐ 歌って笑って若返り教室 ☐ 災害に備えた暮らしの整理

氏 名	住所(番地まで)	連絡先(TEL)	自治会