

三野町公民館活動一覧（4月）

ジャンル	行事・講座名	実施月日	場所	対象(人数)	内 容
健康	ノルデックウォーク 教室	4月5,12,19,26日 (金) 8:30~9:30	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せて医療や介護の場への導入例も少なくありません。 参加費：無料 準備物：飲み物・タオル ノルディックポール貸出可
健康	里山登山 志保山桜登山	4月6日(土) 8:30~11:00	風穴登山口~志保山山頂	どなたでも	風穴登山口から山頂を目指します。途中の大岩桜など山桜が楽しめます。 集合場所：風穴登山口 準備物：飲み物・軽食・歩きやすい靴と服装 雨天中止
健康	四国のみち 岬めぐりウォーキング	4月18日(木) 9:00~12:00	四国のみち 岬めぐりコース	どなたでも (30名)	地元の自治会長さんの案内で仁老浜から荘内半島先端の三崎灯台めざしてウォーキングします。どんどろ岩や三崎神社など歴史と自然を満喫できるコースです。 集合場所：仁老浜キャンプ場駐車場 小雨決行 問い合わせ先：三野町公民館
イベント	讃岐源之丞 里帰り公演	4月21日(日) 13:00~	仁尾町賀茂神社 長床	どなたでも	人形浄瑠璃公演 出演：讃岐源之丞保存会 入場：無料 讃岐源之丞保存会・仁尾ええとこ探偵団 共催：仁尾町公民館

健康	里山登山 志保山・稲住山 縦走登山	4月26日(金) 8:30~	風穴登山口	どなたでも	志保山(426m)を記念し風穴登山口から志保山山頂を經由し稲積神社(高屋神社)まで縦走します。復路はコミュニティバスを利用し風穴登山口までもどります。 準備物:飲み物・昼食・歩きやすい靴と服装 参加費:コミュニティバス代 100円 雨天中止
高齢者 大学	みの大学	5月開講 毎月第2水曜日 13:30~	三野町 生涯学習センター	一般	健康・音楽・交通安全や生活に役立つ身近なテーマを毎月学びます 参加費:無料
歴史	いにしへのさぬきをめぐる	5月開講 毎月第3木曜 10:00~	三野町 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 先生 資料代:年 1,000円
その他	PPバンドのかごバックづくり基礎講座	5月7,14,21,28日 6月4日(火) 全5回	三野町 生涯学習センター	一般	荷造り用PPバンドで編むかごバッグです。初心者向けの基礎講座です。全5回連続で参加できる方 参加費:500円 持ち物:ハサミ・洗濯ばさみ・メジャー他
料理	発酵食教室	5月開講 毎月第3金曜日 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 参加費:実費 共催:仁尾町公民館
健康	ピラティス教室	5月開講 毎月第2月曜 10:00~	三野町 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 準備物:ヨガマット・ストレッチポール 参加費:無料

子ども	チャレンジサタデー	5月開講 毎月第1土曜 10:00~	町内	町内の小学生 4年~6年	週末に地域の人と交流したり、ボランティア活動野外活動などを行います。他の学校の友達をつくろう！異年齢交流をしよう！ 参加費：年間 2,000円
子ども	放課後子供教室	5月開講 毎月第3木曜 16:00~16:45	地域交流館大見	小学生	放課後に大見交流館で地域の人と交流をしたり、人形浄瑠璃に挑戦したりします。 参加費：無料 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