

## 豊中町公民館活動一覧（4月）

ジャンル	行事・講座名	実施月日	場所	対象(人数)	内 容
高齢者 大学	豊中大学	<b>4月募集</b> 4月25日(木) 毎月1回 13:30~15:00	三豊市 市民交流センター	概ね60歳以上 (登録161名)	開講式 記念講演：「JICA海外協力隊体験とその後の話」 講師：JICA四国 岩田 加余子 氏
健康	健康マージャン	<b>4月募集</b> 5月7,21日(火) 毎月第1,3火曜日 10:00~11:00	豊中町 農村環境改善センター	どなたでも (30名)	ルールを知らない方大歓迎！今注目されている健康マージャン。賭けない・吸わない・飲まないことを大前提に、目・指・頭をフル回転させ楽しい時間を過ごしませんか。 講師：地元の有志
芸術 (音楽)	ミントクラブ (男性コーラス)	<b>4月募集</b> 5月9日(木) 毎月第2木曜日 10:00~11:30	豊中町芙蓉文化の里館	男性 (20名)	コーラス初心者の方大歓迎！ 懐かしい唱歌から昭和の歌謡曲等、歌のハーモニーを楽しみませんか。 講師：豊岡 真弓 氏・山神 千恵子 氏
子ども	親子でサイエンス	<b>4月募集</b> 5月12日(日) 毎月第1日曜日 (原則) 10:00~11:30	三豊市 市民交流センター	小学生の親子 (20組)	親子で科学の実験や不思議に楽しく挑戦！！ 講師：元理科教員他 材料費：1回 500円程度
その他	おもしろジャーナル	<b>4月募集</b> 5月14日(火) 奇数月の第2,火曜日 10:00~11:30	豊中町 農村環境改善センター	どなたでも (30名)	タイムリーな話題を解り易く解説 講師：元高瀬町教育長 小野 健一 氏
その他	初めてのスマホ教室	<b>4月募集</b> 5月14,28日(火) 5月から10月の 毎月第2・4火曜日 13:30~15:00	豊中町 農村環境改善センター	どなたでも (各15名)	スマホデビューを全力でサポートします。 スマホをお持ちでない方、スマホを使っているが使いこなせない方等、たくさんのお悩みを解決します。 講師：スマホアドバイザー

歴史	歴史探訪	<b>新規募集</b> <b>4月募集</b> 5月15日(水) 毎月第1水曜日 10:00~11:30	現地集合	どなたでも (30名)	三観地区の寺社仏閣の由来について学ぶ ☆拝観料がいる場合は自己負担 講師：住職または神主
健康	ヘルスサポート教室	<b>4月募集</b> 5月16日(木) 毎月第1.3木曜日 10:00~11:30	三豊市 総合体育館	どなたでも (20名)	最新のスポーツ科学の知識を取り入れながら、筋トレやボールを使って楽しく運動をしましょう。 講師：元四国学院大学 教授 清水 幸一氏 共催：高瀬町公民館
その他	わくわくお針箱	<b>4月募集</b> 5月17日(金) 毎月第2金曜日 9:30~12:00 13:30~16:00	豊中町 農村環境改善センター	どなたでも (各10名)	伝統的な「つまみ」手芸や、人気のクラフトバンドや水引細工等、さまざまな手芸に挑戦します。 講師：眞鍋 睦氏 会費：1回 500円 材料費：1回 1000円程度
健康	自力整体	<b>4月募集</b> 5月22日(水) 毎月第4水曜日 10:00~11:00	三豊市 市民交流センター	どなたでも (30名)	身体の痛みや動きの悪さは、筋肉の硬さが原因で起きることが多いです。自宅で行える簡単なケアで、もっと動く身体に近づけましょう！ 講師：カラダラボチーフトレーナー 高木 駿氏
芸術 (音楽)	歌遊び	<b>4月募集</b> 5月23日(木) 毎月第4木曜日 10:00~12:00	豊中町芙蓉文化の里館	どなたでも (40名)	心を揺さぶる童謡や唱歌など、楽しく大きな声で歌いましょう。歌って笑って心豊かな時間を過ごしませんか。 講師：豊岡 真弓氏・山神 千恵子氏 年会費：3000円

健康	フローヨガ	<b>4月募集</b> 5月26日(日) 毎月第4日曜日 10:00~11:00	三豊市 市民交流センター	どなたでも (30名)	フローとは「流す・流れる」という意味があり、呼吸を意識しながら体を動かし、様々なポーズへと繋げ体の調子を整えます。 講師：宇賀 花栄 氏 年会費：3000円 ※定員に達しない場合は開講できないことがあります
高齢者 健康	笑顔まんてん教室	<b>4月募集</b> 5月28日(火) 毎月第4火曜日 10:00~11:30	三豊市 市民交流センター	70歳以上の方 (30名)	日常生活に繋がる動きや、脳トレ・レクリエーション等楽しみながら、無理なく体・頭を動かしませんか。 講師：カラダラボトレーナー 宮川 祐衣 氏
健康	ウォーキング &ランニング教室	<b>新規募集</b> <b>4月募集</b> 5月31日(金) 毎月第4金曜日 19:30~21:00	山本町ふれあい公園	小学生以上 どなたでも (50名)	健康づくりのウォーキングから競技のマラソンまで、個人の体力にあった体づくりをお手伝いします。車イスの方の参加者可(要相談) 講師：カラダラボチーフトレーナー 高木 駿 氏
子ども	ちびっこキャンプ	<b>新規募集</b> <b>4月募集</b> 6月1日(土) 年間5回程度 9:30~12:00	現地集合	小学1年生~ 3年生の親子 (15組)	初めての野外活動を応援します。 山の歩き方・火起こし・簡単なロープワーク等基本的なことを学びます。 講師：キャンプディレクター 会長 小山 雅史 氏 材料費：1回 500円~800円程度
子ども	おはなしDE クッキング	<b>4月募集</b> 6月16日(日) 偶数月第3日曜日 13:30~15:00	豊中町保健センター	年長~小学2年生 親子(10組)	読み聞かせを楽しんだ後、絵本や物語に出てくるおやつを作ってみませんか。 講師：早海 月見 氏・斉藤 恵子 氏 材料費：年間(1組)3,000円
その他	学びクラブ ~歴史・文化・芸術 を訪ねて~	年間3回~4回	県内・県外	どなたでも	~ 歴史的建造物をたずねて ~ ・年間3~4回程度 ・坂や階段が多くあり、徒歩での移動になります。 ・交通費・入館料等実費が必要になります。 ・実施の案内は後日お知らせいたします。

※この情報に関するお問い合わせはこちら  
豊中町公民館 〒769-1506  
豊中町本山甲160番地1  
TEL:0875-24-9154