

西公民館 ふれあいで結ぶみんなの 広場

TEL 854-1673

行事名	月日	時間	締切り	講師(敬称略)	内容等	備考	
読書の広場	毎週水曜日	15:30~16:00	-	子ぐま絵本の会	絵本・児童書の楽しさを知りましょう。	どなたでもどうぞ	
ちびっこおはなし広場	第2・4金曜日	11:00~11:30	-	西公民館司書	絵本と簡単な折り紙で楽しい時間を過ごしましょう。	対象:乳幼児	
マザーグループ	赤十字幼児安全法	11日(月)	10:00~12:00	-	赤十字幼児安全法指導員 重信由美子	赤十字幼児安全法短期講習	対象:妊婦・乳幼児を持つお母さん 30人 持参物:大判ハンカチ、パンティストッキング、実習しやすい服装 参加費:無料
	カラーセラピー	13日(水)	10:00~12:00	11日(月)定員になり次第締切り	カラーセラピスト 宗森 京子	出産・育児のストレスを「色」によって癒していきましょう。	対象:妊婦・乳幼児を持つお母さん 20人 参加費:無料
	ママのお出かけ便利バック	18日(月)	9:00~12:00	14日(木)定員になり次第締切り	野村 和代	荷物が多くなってしまうママに便利なバックを作ります。	対象:妊婦・乳幼児を持つお母さん 20人 持参物:裁縫道具 参加費:実費
心のやすらぎ講座 -最終回-	14日(木)	13:30~15:30	-	心の休憩室やの 佐々木神経内科 クリニック院長 佐々木 光	ストレス時代のストレス管理	対象:一般50人 参加費:無料	
男性料理教室	25日(月)	15:30~18:00	21日(木)	アイリスグループ	簡単な家庭料理と、酒の肴に挑戦します。	対象:成人男性 定員:20人 参加費:1,000円	
シルバーカレッジ	30日(土)		-	第三小学校学習発表会観覧			

東公民館 あたたく香り豊かな東の 広場

TEL 854-4138

行事名	月日	時間	締切り	講師(敬称略)	内容等	備考
料理講座	13日(水)	9:30~12:00	定員になり次第締切り	石田 洋子	イキイキライフの献立 ~さつまいもと梅干の炊き込みご飯、こんにゃくの一口フライ 他3品~	定員:15人 持参物:エプロン・タッパー・米一合 材料費:実費
陶芸講座	14日(木) 15日(金)	9:00~12:00	定員になり次第締切り	宇佐美正昭	手作りの楽しみを味わいましょう。どなたでもどうぞ。	定員:15人 持参物:エプロン・タオル 材料費:実費
中高年の山歩き講座	19日(火)	9:30~15:30	定員になり次第締切り	富沢由美子	行き先:城山 雨天の場合は、きらら林道~榊森神社~熊野川を歩きます。 ※山歩き用の紐靴、長袖、長ズボンで、参加してください。	定員:30人 持参物:弁当、お茶、タオル、雨具、余分な上着、手袋、筆記用具

西公民館グループ生募集
ツールペイント教室
 絵の苦手な方でもツールペイントを楽しめます。どうぞご参加ください。
とき 第2・4木曜日
 午前10時~午後1時
講師 花木由美子
連絡先 花木 (TEL 854-4943)

くまの里山会のお知らせ
とき 11月9日(土)
 午前10時発
ところ 原山
集合 東公民館
申込締切 11月7日(木)
主催 くまの里山会
年会費 600円
連絡先 TEL 854-3936 (二関)

自然観察会のお知らせ
とき 11月27日(水)
 午前9時半~午後4時
ところ 新峠~海田運動公園
 (海田からは路線バスを利用)
集合 東公民館
講師 富沢 由美子
主催 くまの自然観察会
連絡先 TEL 854-0619 (升木)