

やまびこ

多治見市精華交流センター

〒507-0027

岐阜県多治見市上野町 4-23-1

電話 0572-25-1533 FAX 0572-25-2366

http://www.tajimi-bunka.or.jp/seika/

※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、予定している講座・イベントが中止もしくは延期となる可能性があります。

精華 de 聖歌 クリスマスおたのしみ会

12月19日(土) 14:00~15:00

【会場】大ホール

【対象】どなたでも

※未就学児は保護者同伴

【定員】50名程度

【チケット代】100円

【チケット】販売中



プログラム

★オープニング

★フルートコンサート

奏者：柴田 美紀さん

伴奏：児玉 千夏さん

★ミニゲーム ……など



おはようサロン

12月14日(月)

9:00~ 健康チェック(血圧・体脂肪測定)

10:00~ 『足の状態チェックと
スタスタ体操で健康に!』

会場：大ホール

講師：鷲見 夏子さん

対象：どなたでも

参加費：無料

定員：30名程度

申込み：受付中



らくらく筋力アップ体操

12月14日(月) (毎月第2月曜日)

椅子に座ってできる体操を一緒に行います。

お気軽にご参加ください。

時間：13:30~15:00

会場：大ホール・多目的実習室

講師：多治見市保健センター 健康づくり推進員

持ち物：動きやすい服装・室内シューズ・飲み物

参加費：無料

申込み：不要



自力整体で「自然治癒力」UP!!・冬

心と体の緊張・こり・歪みを解消して全身の気の巡りを
良くしましょう!

日時：1/18・2/1・2/15・3/1・3/15

10:00~11:30(月曜日・全5回)

会場：大ホール

講師：神ノ川 惟香子さん 参加費：2,500円

対象：どなたでも 定員：20名程度

持ち物：動きやすい服装・フェイスタオル・飲み物

ヨガマットまたはバスタオル

申込み：受付中

新春ウオーキング

開運・厄除け五社詣

1月17日(日)

神様に新年のご挨拶をしませんか?

集合時間：9:30 精華交流センター集合

持ち物：飲み物・帽子・タオル

年間パスポート(あれば)

距離：約4km(所要時間：約2時間)

参加費：無料

※雨天中止

問合せ：精華交流センター ☎25-1533

精華交流センター活性化委員会事業
共催：多治見市保健センター

