

# 5 HIME ひめじん

多治見市南姫公民館

開館時間 9:00~21:30 (年末年始を除く)  
 〒507-0062 多治見市大針町 283-1  
 Tel:0572-29-4880 Fax:0572-29-4881  
 メール: [hime@tajimi-bunka.or.jp](mailto:hime@tajimi-bunka.or.jp)  
 URL: <http://www.tajimibunka.or.jp/hime/>



ホームページ  
QRコード

南姫公民館広報誌 2021.5.1 発行 第380号



人気薬膳カフェオーナーで中日文化センター講師「堀さん」に薬膳料理について教えていただきます。  
 食材の働きや薬膳の知識を学ぶ  
 からだが喜ぶ  
 「おうち薬膳」

① 7月15日(木) ② 8月19日(木) 10時~13時 (全2回)

場 所: 南姫公民館料理実習室 定 員: 12名

参加費: 3800円(材料費込み) ランチ・薬膳茶付き

講 師: 国際中医薬膳師 薬膳茶 Soybean Flour 堀 輝余子

持ち物: エプロン・三角巾・マスク・布巾

申込み: 5月22日(土) 9時~南姫公民館窓口 10時~電話可

① 7月15日(木)

薬膳ってなに? おうちで出来る薬膳のお話  
夏バテ解消夏ご飯! (聞く・食べる)

② 8月19日(木)

秋に向かって身体を整えよう!  
旬な野菜での薬膳料理を体験 (作る・食べる)

オーガニックライフを満喫しよう

伝承料理講座 「朴葉寿司・かしわ餅」

ふるさとの味、初夏の味、懐かしい味... 地元の食材を使ってこの季節にしか味わえない朴葉寿司を作ります。  
手間はかかるけど、優しい味に仕上がるかしわ餅は、公民館近隣の山にある山帰来(かきわ)の葉を使います。



■日にち : 6月8日(火) 10時~13時

■定 員 : 12名

■参加費 : 1300円(材料費込)

■講 師 : 南姫公民館ふるさと料理実行委員会

■持ち物 : エプロン、三角巾、布巾、マスク

■申込み : 受付中(定員に達した時点で終了)

令和3年度南姫公民館利用団体				
ジャンル	団体名	活動内容	活動日	
			曜日	時間
俳句	ひめこぶし句会	俳句会	第3水曜	13時～15時
華道	生け花同好会	お花を生ける	第2・4木曜	16時～17時
写真	南姫フォトクラブ	写真の勉強会	第1土曜	10時～12時
押し花	押し花アート 花・フレンド	押し花作品作り	第3火曜日	13時～16時
手芸	ボジャギ同好会	ボジャギ作品製作	・第2水曜 9時～12時 ・第3木曜 13時～16時	
スタンドグラス	スタンドグラス ライム	スタンドグラス作成	第1・3・4金曜	13時～16時
絵手紙	絵手紙 彩の会	絵手紙製作	第2金曜日	13時～15時
語学	英会話サークル	英会話学習	第2・4木曜	19時30分～21時
着付け	着付けとマナー	着付け(自装・他装)とマナーの勉強	月3回木曜	10時～12時
	きもの愛好会	全対応の着付け・着物知識の習得	第2・4火曜	14時～16時
子ども英会話	キッズイングリッシュ①	英語の歌・ゲーム	毎週月曜日	17時～18時
子ども英会話	キッズイングリッシュ②	英会話 ネイティブな講師による指導	毎週月曜日	18時～19時
子ども書道	皓心会書道教室	毛筆と硬筆の使い方	毎週木曜	17時～18時30分
音楽	たじみ マンドリンアンサンブル	マンドリンの演奏	・月2回木曜 14時～16時 ・月2回土曜 14時～16時	
	マンドリンアンサンブル きさらぎ	マンドリンの練習	第1・3月曜	13時～15時
	南姫吟友会	詩吟の練習	第1・2・3水曜日	10時～12時
	鼻笛クラブ やつくり	鼻笛の練習・演奏	第3土曜日	14時～16時
	混声合唱団 コーロ・ヴィヴァーチェ	合唱	未定	19時～21時
	民謡の会 多可駒	三味線・おはやしの稽古	不定期	—
	ライリッシュ・オカリナ	オカリナの練習	第2・4火曜	13時～14時30分
ダンス	フラ・レフア	フラダンスの習得	第2・4木曜	10時～12時
	ケアウ・オカ・プア・モハラ・レイラニ	フラレッスン	第1・3月曜	19時30分～21時
	SHAKE	ヒップホップダンスレッスン(小学3年～中学生)	毎週木曜	18時～19時
	Duel	ヒップホップダンスレッスン(ダンス歴1年以上、中級以上の方を対象)	毎週金曜	18時～21時
体操運動	ヘルスアップ姫	軽いダンベル等を使用した健康体操	毎週木曜	10時～12時
	スマイルエアロ 南姫	簡単なエアロビクス	・毎週金曜 10時～11時 ・月2回月曜 13時～14時	
	3B一ず	3種類の用具を使用した健康体操	第1・3木曜	19時30分～21時
	楽・楽エクササイズ	ストレッチ・ダンス	第1・2火曜	13時30分～15時
	SUNDAY MORNING YOGA	ヨガ	毎週日曜	10時～11時
	空手同好会	空手の練習	毎週土曜	19時～21時
IT	もっとスマホA	スマホの勉強、活用	第3水曜	10時～12時
	もっとスマホB	スマホの勉強、活用	第2火曜	10時～12時
食	大人のパン教室	パン・お菓子・パスタ作り	第2土曜	9時～12時
	菜っぱ会	好きな野菜作り		随時
その他	ガーデンボランティア そよご	公民館花壇のお手入れ ボランティア	第1・3月曜	13時30分～
	南姫婦人会	婦人会活動		不定期

5月行事予定表	
公民館	
3日(月)	ラジオ体操 囲碁・将棋
5日(水)	古事記
10日(月)	ラジオ体操 囲碁・将棋
11日(火)	狂犬病注射10時～11時
12日(水)	120人の万葉歌
14日(金)	120人の万葉歌
15日(土)	集まれ!ちびっ子
17日(月)	ラジオ体操 囲碁・将棋 うた広場
24日(月)	ラジオ体操 囲碁・将棋
26日(水)	120人の万葉歌
28日(金)	120人の万葉歌
31日(月)	ラジオ体操 囲碁・将棋 うた広場

同好会紹介♡

フラ・レフア



体験レッスン

■講師:伊藤恭子

■5月27日・6月10日 木曜日

■10時～12時

■南姫公民館大ホール

癒しの音楽で、身体を動かせば心身共にリフレッシュ出来ます。フラダンスに興味のある方、この機会に体験してみませんか?

参加費無料、パウスカート貸出します。

1日だけでも、2日間でもOK。お待ちしております。

お申込みは南姫公民館まで

( 0572-29-4880 )



新着図書♡

マンガ 歎異抄をひらく

和田清人(著), 太田寿(著), 伊藤健太郎(著)

心淋し川 / 西條 奈加

僕の人生を変えた薬酒の話 / 桑江 夢孝

くそじいとくそばああの日本史 / 大塚 ひかり

おでかけ東美濃 2021 / 金森康浩

エコ・クラフトバンドと  
ボール紙で「エコな」城展

全国各地の名城を展示します。

出展: 豊田 豊

期間: 5月1日(土)

～5月31日(月)

ギャラリーひめ♡

