



令和 4 年 南姫公民館 文化祭

10 月 22 日(土)・23 日(日)



22 日(土)

リサイクル本フェア 22 日、23 日終日

姫川ウォーキング (22 日) 9 時

- 9 時~15 時 体験してみよう! atelier michi
- 9 時 姫川ウォーキング
(ふれあいセンターひめ駐車場集合)
- 10 時 30 分 赤い羽根募金活動 (南姫児童センター)
- 13 時 健康ひろば (多治見市保健センター)
- 13 時 30 分 外宮から始めよう令和のお伊勢参り

インターバル速歩で姫川を歩きます。
場所:ふれあいセンターひめ集合
参加費無料
豚汁を温めて待ってます! 頑張って歩いてね!
主催:第 30 区体育委員会 MPC
協力:多治見市保健センター・南姫公民館

23 日(日)

♡ステージ 23 日(日) 12 時 30 分~15 時まで

- 9 時~15 時 ひめちゃんフリーマーケット
- 12 時 30 分~ ステージ
- 15 時 菜っぱ会抽選会

ステージ参加団体

- 司会・多治見西高校放送部
- はないっとき ■歌なかま「てくてく。」
- フラ・レフア ■スタジオ・ナ・プア
- ケアウオ・カプア・モハラ・レイラニ
- B&Y ■南姫吟友会 ■マウナ・ヌイ
- マンドリンアンサンブルきさらぎ
- たじみマンドリンアンサンブル

♡展示 22 日(土)9 時~ 23 日(日)15 時まで

展示・その他参加団体

- | | | | |
|----------------|-----------|----------|---------------------|
| ■押し花アート 花・フレンド | ■大人のパン教室 | ■着付けとマナー | ■皓心会書道 |
| ■ステンドグラスタイム | ■南姫フォトクラブ | ■菜っぱ会 | ■ひめこぶし句会 |
| ■ボランティアサークルそよご | ■はないっとき | ■楽捨会 | ■atelier michi |
| ■スマイルエアロ南姫 | ■スヴァスタヨガ | ■第一陶技学園 | ■Sunday MorningYoga |
| ■多治見市保健センター | ■南姫小学校 | ■南姫中学校 | ■姫保育園 |
| ■南姫児童センター | ■東濃さつき会 | ■ひめ青空市 | ■keifu-creer |
| ■スタジオ ナプアの雑貨店 | ■MPC | ■ハッピー喫茶 | |



南姫公民館文化祭特別講座

外宮の神様と「衣・食・住」の話

- 日 時: 10 月 22 日(土) 13 時 30 分~15 時
- 場 所: 南姫公民館大ホール (文化祭の展示会場)
- 定 員: 35 名
- 講 師: 西條成男 (お伊勢さん観光案内人)
- 参加費: 無料
- 申込み: 受付中

外宮から始めよう令和のお伊勢参り

知っているようで知らないお話が盛りだくさん!
長年、「お伊勢さん観光案内人」を務めてこられた講師にお伊勢参りのノウハウを教えてください。
前回の内宮のお話に続き、第二弾、今回は外宮編です。外宮の魅力満載。
「こんな時、どうするの?」いろんな疑問も解決!
行ったつもりのお伊勢参りを楽しんでください!



▶ 明治安田生命 講座



■「睡眠」と「健康」の知恵袋

「眠りたくてもなかなか眠れない」「年齢とともに眠りが浅くなった」など睡眠のお悩みはありませんか？眠りと健康の意外な関係をご紹介します。

10月3日(月) 10時30分～11時30分

最適な睡眠を考える 人生100年時代！くらしに役立つ睡眠と健康の知恵袋

10月17日(月) 10時30分～11時30分

よい睡眠のための睡眠環境 ちょっとした工夫で睡眠満足度アップ！

申込み：受付中 参加費：無料

10月行事予定表	
公民館	
3日(月)	ラジオ体操 囲碁・将棋 明治安田生命講座 「睡眠」と「健康」の知恵袋
4日(火)	平家物語
12日(水)	120人の万葉歌
14日(金)	万葉浪漫2
17日(月)	ラジオ体操 囲碁・将棋 明治安田生命講座 「睡眠」と「健康」の知恵袋 うた広場
21日(金)	文化祭準備
22日(土)	文化祭(展示)
23日(日)	文化祭(展示・ステージ)
24日(月)	ラジオ体操 囲碁・将棋
26日(水)	120人の万葉歌
27日(木)	おうち榮膳
28日(金)	万葉浪漫2
31日(月)	ラジオ体操 囲碁・将棋 うた広場

ギャラリーひめ♡

写真展

シニアネット多治見 DCC
10月4日(火)～19日(水)

新着図書♡

あきらめません！/垣谷美雨
おいしいごはんが食べられますように/高瀬隼子
剣持麗子のワンナイト推理・先祖探偵/新川帆立
筆のみが知る/近藤史恵
食べなんなら食うな/関大徹

▶ VIVA！マナビバ！2022 年秋 (BUNBUN ネットと秋号掲載分)



■楽しく木版画

絵の苦手な方でも彫ることで一味ちがう楽しみが出ます。我流で自由をモットーにおもしろい発想ができます。下絵はこちらで準備します。

■日 時：11月10日・12月8日・22日、1月12日
13時～15時(全4回木曜日)

■場 所：南姫公民館 ■講 師：阿部正枝

■定 員：5名 ■受講料：2400円 教材費：800円

■持ち物：印刀(浅丸9mm・キワ刃7.5mm)、鉛筆、ボンド
細めのボールペン、新聞紙、ごみ袋、セロハンテープ

*詳細は BUNBUN ネットと秋号をご覧ください。

▶ たじみ子どもの権利の日協賛事業



■100人で観よう！皆既月食 「赤い月の天体ショー」

月がすべて地球の影に隠れる、「皆既月食」を観察します。
赤黒く変色した満月の天体ショーを楽しみましょう！

■日 時：11月8日(火) 18時～20時

■場 所：南姫公民館 ■対 象：小中学生とその家族

■講 師：地球村星倶楽部 ■定 員：30組程度 ■参加費：無料

■申込み：10月1日(土)より南姫公民館窓口・電話可

■持ち物：飲み物

▶ 南姫公民館 秋、冬の講座

■心を伝える消しゴム

はんこ(年賀状)

- ・11月1日、15日(火)
10時～12時
- ・笹木紅凜講師
- ・1500円
- ・申込み受付中



■120人の万葉歌

- ・11月30日、12月14日
1月11日、25日、
2月8日、22日(水)
13時15分～
14時45分
- ・安田直幸講師
- ・2700円
- ・申込み受付中



オーガニックライフを満喫しよう
～食の講座～



■そば打ち編

- ・11月10日(木)
10時～13時
- ・蕎麦屋ぼうず店主
河合敬司
- ・1200円
- ・10月1日(土)～

■こんにゃく編

- ・12月13日(火)
9時30分～13時
- ・南姫公民館ふるさと料理実行委員会
- ・1300円
- ・10月1日(土)～