3 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
URL：https://www.tajimi-bunka.or.jp/hime/

ホームページ QR コード

南姫公民館広報誌 2023.3.01 発行　第 402 号

南姫公民館　春の万葉講座のご案内

申込受付中

南姫公民館の万葉講座は、月 2 回の水曜日コースと月 2 回の金曜日コースがあります。わくわくする万葉講座は、どちらのコースも毎回新鮮なお気持ちで受けていただけます。ご都合のいい曜日でお申し込みください。

120人の万葉歌（水曜日コース）

日　　時	4/12 ・ 4/26 ・ 5/10 5/24 ・ 6/14 ・ 6/28 （全6回水曜日）
時　　間	13時15分～14時45分
定　　員	20人
講　　師	安田　直幸
参 加 費	3,000円（資料代込み）
持 ち 物	筆記用具

万葉浪漫3（金曜日コース）

日　　時	4/14 ・ 4/28 ・ 5/12 5/26 ・ 6/16 ・ 6/30 （全6回金曜日）
時　　間	10時00分～11時30分
定　　員	20人
講　　師	安田　直幸
参 加 費	3,000円（資料代込み）
持 ち 物	筆記用具

■認知症サポーター養成講座

認知症サポーターは、何か特別なことをする人ではありません。認知症を正しく理解し、もし身近に認知症の人がいるとしたらそっと見守る、そっと手助けする。そんな人が地域にたくさんいることを目指して講座を開催します。予防を中心としたお話になります。「認知症ってどんなこと？」「こんなときどうしたらいいだろう」ぜひ、講座を受けて仲間や地域の応援者になりましょう。受講後、認知症サポーターカードがいただけます。

■日　時：4 月 10 日（月）10：00～11：30
■場　所：南姫公民館大ホール
■講　師：南姫地域包括支援センター
■参加費：無料
■申込み：南姫公民館で受付中　電話可

■シニアのためのゆるやか男ディ筋トレ

男性向けにゆるやか筋トレ講座を開講いたします。元気いっぱいの岡田先生と一緒に、楽しんで筋力をつけましょう。認知症予防にも筋力はかかせません。男性でも女性でも受講していただけます。

■日　時：4 月 14 日・21 日 28 日（金）
　　11：10~12：10
■場　所：南姫公民館　大ホール
■対　象：どなたでも
■講　師：岡田真依
■受講料：1000 円
■持ち物：室内用シューズ、
　　飲み物、タオル
■申込み：受付中

▶ひめの朝時間　　申込み不要、参加費無料です。お気軽に参加してください。

毎週月曜日の朝、囲碁、将棋や、ラジオ体操・お米体操・ひめちゃん体操を楽しんでいただいています。

■囲碁・将棋の時間

9 時～12 時　研修室

■体操の時間　講師：長野ますみ

9 時 30 分～15 分程度　大ホール

3月行事予定表	
公民館	
4日（土）	じゃがいも植付け
6日（月）	ラジオ体操 囲碁・将棋 うた広場
7日（火）	女人平家
13日（月）	ラジオ体操 囲碁・将棋
20日（月）	ラジオ体操 囲碁・将棋 うた広場
27日（月）	ラジオ体操 囲碁・将棋

3/4(土)

参加費無料
申込み不要
雨天中止

姫川沿い
ポールウォーキング

4.5 キロ　2 時間程度
南姫公民館に＊9 時半集合

姫川沿いの農道を歩きます。
ポールウォーキングを体験して春を感じませんか？

主催：・多治見市保健センター
　　・多治見市健康づくり推進員

▶新着図書

・栞と嘘の季節/米澤穂信　・月の立つ林で/青山美智子　・犬を盗む/佐藤青南
・おでかけ東美濃 2023/金森康浩　・光のとこにいてね/一穂ミチ
・やる気 1%ごはん/まるみキッチン　・70 歳の正解/和田秀樹
・志麻さんの何度でも食べたい極上レシピ/志麻　・教誨/柚月裕子
・図解でやせる！東大名医の血管若返り/高橋亮　・掌に眠る舞台/小川洋子

▶ギャラリーひめ　　３月の展示

■「あれやこれや切ったで候」

出展：近藤俊英
日時：～3 月 14 日（火）まで

この作品展のコンセプトは「あれやこれや切ったで候」です。漠然とした製作意図で、ふと目に留まった素材、ふと頭に浮かんだ何気ないイメージ等を渋紙（伊勢型紙）に彫ってみました。

■「皓心会書道展」

出展：皓心会　（講師：水野）
日時：3 月 16 日（木）～30 日（木）16 時まで

サークルメンバーの日々の練習の成果を見に来てください。新学年、4 月からの受講生を募集しています。
毎週木曜日 5 時からです。
詳しくは公民館までお問い合わせください。

2023年【春】

みんなイキイキ♪ うた広場(前期)

水野妃佐子先生の人気講座。2023年(前期)のご案内になります。
じょうずに歌えなくてもだいじょうぶ！歌が大好きだから・・・・・
大好きな歌をみんなといっしょに歌いましょう♪

■日にち：4/17　5/1・15・29　6/5・19　7/3・31
　　8/7・21　9/4　（全 11 回）
■時　間：13 時 15 分～14 時 45 分
■場　所：南姫公民館大ホール
■講　師：水野妃佐子
■参加費：3,800 円　新規の方は教材費 1,100 円
■持ち物：歌集、飲み物
■申込み：3/4（土）より南姫公民館窓口または電話

マスクをして、
ソーシャル
ディスタンスをとって、
大好きな歌をみんなと
一緒に歌いましょう♪