



いちのくら健康麻雀・夏

脳の活性化・認知症予防・コミュニケーションを目的として、公民館で健康麻雀をしませんか。

4月から始まったいちのくら健康麻雀好評につき定員を増やし、木曜午後に曜日を变えて1階ホールで開催します！



■日 時 7/10・7/24・8/28・9/11・9/25
(木曜・全5回) 13:00～16:00

■定 員 28名(うち指導が必要な初心者とは2～3卓の予定)

■参加費 1,500円

■共 催 市之倉地域福祉協議会

■申込み(新規の方) 6/16(月) 14:00～窓口にて
15:00～電話可(空があれば)

※麻雀牌をご寄付いただいた皆様、ご協力頂きありがとうございました。

講座からサークルが誕生しました！ 入会・体験の問合せは公民館まで

青春きーぷ

昭和ポップスに合わせて楽しくエクササイズ！
あなたと一緒に始めませんか。

■日 時 毎月 第2・4水曜
14:00～15:00

■講 師 深尾 由美



いちのくら寺子屋

勉強・礼儀作法・マナーの3つを三位一体で子どもたちに指導します。「強くて優しくて賢い子」がモットーです。

■日 時 日曜 15:00～21:00のうち
学年別の80分間

■講 師 近藤 一郎

■対 象 年長組～小学6年生



ゴーヤ苗を今年も配付します！

グリーンカーテンによる暑さ対策・節電対策としてお役立てください。

◆日 時 6/7(土) 13:00～

◆場 所 市之倉公民館 玄関

◆配布数 1名につき2ポット ※なくなり次第終了

◆配布元 多治見市環境課環境保全グループ



わたしの主張大会 2025

小学生・中学生の想い、考えを発表する場です。
地域の皆さまも是非お聴きください。
花苗プレゼントもあります。

◆日 時 6/7(土) 13:30～

◆場 所 市之倉公民館 大ホール

◆主 催 市之倉校区青少年まちづくり市民会議



～よりよい公民館をめざして～

多くの皆さまへ快適なサービスが提供できるよう
ニーズにお応えして改善を行いました。



和室の机を脚の長さを調節できるハイ＆ローテーブルに替え、用途に応じた使い方ができるようになりました。



経年劣化していた和室の畳を新調し張り替えました。



サークル活動で使用するプロジェクターを高画質なものに買い替えました。



より見やすく、より分かりやすく情報をお伝えするため、公民館だよりをカラー化しました。



夜になると暗かった西側通用口階段にセンサーライトを設置しました。



ピンマイク用のワイヤレスマイクにヘッドセット型のマイクを取り付けて使用できるようになりました。

認知症予防講座 市之倉いきいき元気！

無料 要申込



「運動」「口腔 栄養」「社会参加」の3つの柱をテーマに、4回にわたり介護予防教室を開催します。

- 日 時 6/16 (月) 10:00~11:00
- 内 容 運動と脳トレを無理なく楽しみながら元気をアップしましょう！（概ね65才以上）
- 講 師 運動指導士 金子 真美
- 持ち物 室内シューズ、飲み物、タオル

- 日 時 7/2 (水) 10:00~11:00
- 内 容 口の衰えは、フレイルの始まり。専門家の話を聞いてお口のケアを始めよう！（概ね65才以上）
- 講 師 多治見市役所 保険年金課 歯科衛生士
- 持ち物 飲み物、タオル

【主催】笠原地域包括支援センター

※9/3は栄養をテーマにした講座、10/18は認知症サポーター養成講座を開催します。 【共催】市之倉公民館

大人のおしゃれ塾

髪、メイク、洋服、姿勢、そして生き方など「世代に合った大人のおしゃれ」を楽しむコツをお伝えします。

- 日 時 7/22 (火) 14:00~15:30
- 講 師 江口 つや美
- 定 員 15名
- 対 象 シニア世代女性
- 参加費 600円（茶菓子つき）



歌って笑って今日も元気！

シニアの元気！を応援します。歌や楽器・手遊びなどを通して、楽しい時間を提供します。心と体にたくさんの栄養をあげて活性化させましょう。

- 日 時 6/2 (月) 10:00~11:00
- 講 師 舟戸 マユミ
- 定 員 60歳以上・30名
- 参加費 500円



いちのくらふと倶楽部

大人可愛い♡フラワーブローチ作り

ガラススタイルや布を使ったおしゃれなフラワーブローチを作りましょう。カラーは何色かご用意します。

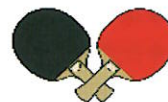
- 日 時 7/23 (水) 9:30~12:00
- 講 師 河野 和昭
- 定 員 15名
- 参加費 1,400円
- 持ち物 はさみ
- ※持参されたお好きな布で作ることもできます。



いちのくら日曜卓球部

中学生からシニアまで気軽に卓球が楽しめます。それぞれのレベルやニーズに応じた個別指導も受けられますよ。

- 日 時 7/6・7/13・8/3・8/17・8/24・9/7
9/21・9/28 (日曜・全8回)
14:00~16:00
- 講 師 奥 政利
- 定 員 15名
- 参加費 3,200円



いちのくらサロン

新聞ちぎり絵を楽しむ

新聞を手でちぎって味わいある作品に仕上げます。初めてでも絵心がなくても大丈夫♪ おしゃべりしながら一緒に楽しみましょう。

- 日 時 6/12 (毎月第2木曜) 13:00~14:30
- 参加費 200円（教材が必要な方は別途300円）
- 協 力 中日新聞社(株) 多治見中日サービスセンター
- 申込み 原則不要（新規の方は事前要申込）



いちのくら卓球ひろば

どなたでも自由に卓球を楽しめます。TVで紹介された手作り卓球マシンの体験コーナーも同時開催します！

- 日 時 6/22 (日) 13:00~16:00
- 定 員 20名程度
- 参加費 200円



新着図書

楽園の楽園

目には目を

禁忌の子

逃亡者は北へ向かう

初瀬屋の客 狸穴屋お始末日記

伊坂 幸太郎

新川 帆立

山口 未桜

柚月 裕子

西條 奈加

ギャラリー愛

ぶらり市之倉 歩いて鳥の写真を撮る

市之倉を歩いて出会った鳥の写真を撮っています。様々な野鳥の写真を展示します。

【出展者】外山 創 様

【展示期間】6月1日(日)~6月28日(土)

