

精華交流センター広報 第21号 2021年12月1日発行

# やまびこ

## 多治見市精華交流センター

〒507-0027

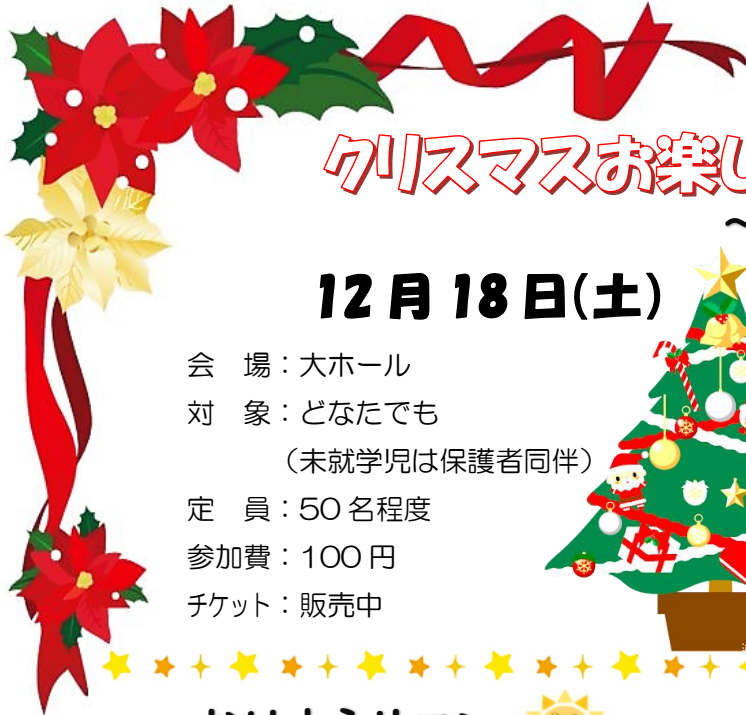
岐阜県多治見市上野町 4-23-1

【電話】0572-25-1533 【FAX】0572-25-2366

【ホームページ】<https://www.tajimi-bunka.or.jp/seika/>

【メール】seika@tajimi-bunka.or.jp

※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。



## クリスマスお楽しみ会

～精華 de 聖歌♪～

12月18日(土) 13:30～14:50

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  
参加費：100円  
チケット：販売中



プログラム  
☆オープニング  
☆ケルトの伝統音楽コンサート  
演奏者：『山ノぼうし』  
☆ゲーム …など



『ららら精華』も  
出演します



## おはようサロン



12月13日(月)

9:00～ 健康チェック(血圧・体脂肪測定)  
10:00～ 『ゆったり太極拳』  
ゆったりとした動きで体を癒しましょう。

会場：大ホール  
講師：片山 三規子さん  
定員：30名程度  
参加費：無料  
申込み：受付中



## らくらく筋力アップ体操

12月13日(月)

椅子に座ってできる体操などを一緒に行います。  
時間：13:30～15:00  
会場：大ホール

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・飲み物・室内シューズ  
ヨガマットまたはバスタオル  
参加費：無料  
申込み：不要



## さわやか体操♪冬

椅子に座ってできる運動で楽しく体を動かしましょう!

日時：1/17・1/31・2/7・2/21・3/7  
13:30～15:00(月曜日・全5回)

会場：大ホール  
講師：阪井 睦子さん(3B体操指導者)  
参加費：2,500円  
定員：30名程度 対象：どなたでも  
持ち物：動きやすい服装・室内シューズ・飲み物  
タオル・ヨガマットまたはバスタオル  
申込み：受付中



## 新春ウォーキング 精華交流センター活性化委員会委員事業 開運厄除け多治見三大神社初詣

1月15日(土)

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  
距離：約4km(所要時間 約2時間)  
参加費：無料  
申込み：不要 ※雨天中止  
問合せ：精華交流センター ☎25-1533  
共催：多治見市保健センター ☎23-5960

