

# 令和元年度 明新公民館自主グループ会員募集中!



いきいきとした自分を自主グループでみつけてみませんか?

お問い合わせ・お申し込みは各グループの代表者までお電話ください

夢いっぱいの楽しい仲間があなたを待っています。

お問い合わせ・お申し込みは各グループの代表者までお電話ください

## 火曜日

※会費の他に自主グループ運営費200円(小学生以下は100円)が必要です

時間	自主グループ名	内 容	講師名	開催時間	会費など	代表者・電話
午 前	卓球すみれ	運動不足解消、筋力増強。 いつまでも若々しく。 笑顔で明るいサークルです。	/	第1・3週 (他2回) 9:30~11:30	月 500円	佐々木 昭美 ☎26-2598
	明新なでしこ (箏)	箏を弾くことで心のいやしを感じ、音楽での交流を深めています。初めてお箏にふれる人、お箏のない人でも気軽に参加できます。一度体験に来てみて下さい。みんな和気あいあいとやっています。	永田 雅秀	第2・4週 10:00~ 12:00	月 1000円	松村 郁代 ☎28-1229
午 後	明新公民館 俳句会	俳句を学ぶことで四季の移り変わり、自然の風景、物の観察力が身につく。年齢にも制限がなくどこに居ても作句することが出来る。脳の活性化又、生き生きと豊かな人生を仲間達と一緒に楽しむことが出来る。	田谷 芳江	第3週 13:30~ 15:30	月 500円	菅沼 洋子 ☎29-7455
	コスモス (ヨガ)	仲間どうして心身ともにリフレッシュしながら、リハビリをかねたソフトヨガで体感を鍛えて、楽しいひとときを過ごす。	早川 外江	第1~4週 14:00~ 16:00	1回 500円	丹羽 由利子 ☎26-8415
夜 間	趣味仲間	地域の中で人と人とのふれあいを大切にしなが、小物などを作っています。仲間と共にリサイクルで楽しいひとときを過ごしませんか。メンバー大募集中です!	/	第1~4週 13:30~ 15:30	月 100円	笠川 起代 ☎26-5776
	ヨガ	肩こり、腰痛、便秘などありませんか。ゆったりとした動きで体をほぐして、活力を取り戻しましょう。	畑 芳美	第1~4週 19:15~ 20:45	1回 500円	西澤 和子 ☎25-5256
	明新山歩会	定例会(明新公民館於月1回)、定例山行(春・夏・秋)(夏・1泊山小屋)実施します。その他自主山行、トレーニング登山など会員の希望により、初級~上級まで年10回以上実施します。自然を愛し、環境を守り、気持ちよい汗をかきませんか。	/	第3週 19:00~ 21:00	半年 500円	鷲田 保馬 ☎25-9115

※上記の自主グループに入られた方は、自主グループ連絡協議会会員となります

## 明新公民館では下記の学級を開設し、定期的に活動しています

<b>【ポシェット】</b> 対象：幼稚園児~小中学生の お子様をお持ちの親 活動：月1回程度 内容：家庭教育学級として、 料理、クラフトなどの 様々な活動を展開。	<b>【ころころクラブ】</b> 対象：未就園児親子 活動：第2・4火曜日 内容：家庭教育学級として、 おしゃべりルームや、 子どもと一緒に楽しむ 講座などを企画。	<b>【明新大学】</b> 対象：60歳以上の方 活動：第3金曜日・他 内容：高齢者学級として、 講演会、演奏会、旅行 など様々な活動を行う。 学級生は100名以上。	<b>【めいしんキッズ】</b> 対象：小学4~6年生 活動：年6回程度 内容：少年教育学級として、 体験などを通し、福井 のことを楽しく学習。 ※6月開講予定
--	--	---	--

活動への参加は、初期登録が必要です。登録などに関するお問い合わせは…明新公民館(☎22-7880)まで

## 水曜日

※会費の他に自主グループ運営費200円(小学生以下100円)が必要です

時間	自主グループ名	内 容	講師名	開催時間	会費など	代表者・電話
午 前	楽しく 健康体操	肩こり、足腰の弱り、体づくり に、簡単に楽しい楽しく体操です。 又筋肉づくりのストレッチ体操を 行っています。	田中 じゅん子	第1~4週 9:30~ 10:45	月 2000円	高松 敏子 ☎24-2994
	はがき絵& 水彩画なかま	ふと見かけた物が絵の題材になり、 顔彩、水彩、鉛筆、ペン、筆などを 使って描く絵は、その人の持つ個性 が表れ、楽しい評価がもらえます。	橋谷 桂子	第1・3週 9:30~ 11:30	月 1000円	玉木 喜美子 ☎29-0248
午 後	パッチメント クラフト	トレーシングペーパーに図案を書き、専用のペンでエンボス穴を開け、ハサミでカットする 繊細なペーパーアートです。カード、ウェルカムボード等自分だけの作品を作りませんか。	美濃村 洋子	第2週 10:00~ 12:00	月謝制でなく、作品によって変わります。 (例 2,500円~)	金井 泉 ☎22-8912
	健康リズム 体操	リズムに合わせて軽快に、スト レス解消、健康増進に最適。	田中 じゅん子	第1~4週 10:45~ 12:00	月 2000円	片岡 馬来子 ☎26-4877
夜 間	卓球メイト	卓球により運動不足を解消する と共に、技術向上と会員との親 睦を計る。	/	第1~4週 13:30~ 15:30	月 500円	松枝 美隆 ☎21-8307
	明新公民館 パソコンクラブ	近年、IT進化は目を見張るばかりです。そんな 社会に一歩でも参加できるよう、word、Excel の基本操作：応用編、各種関数の勉強をしてい ます。(初心者、windows10大歓迎)	/	第1~4週 13:30~ 16:00	半年 2000円	木村 悦子 ☎24-5755
夜 間	楽笑ヨーガ	伸び伸びと体を動かして、気持ち良く楽し んでいるうちに、体は柔らか、息は寛 ぎ、心は安らいで、貴方も私も若さと健 康が持続されます。さあ行いましょう!	宇野 由紀子	第1~4週 13:30~ 15:00	月 2000円	田中 晶子 ☎22-8716
	夜の料理塾	料理を作って(習)、仲間と一 緒に楽しく食べよう。	出倉 弘子	第1・3週 18:00~ 20:30	月 1000円 (別途材料代 1,000円)	小玉 満徳 ☎22-7155
	明新 スティックリング	カーリングとホッケーを合わせた福 井発祥のスポーツです。「やって楽し い」「見て楽しい」簡単ですが、 奥深いスポーツです。	/	第1週 他 (第3金曜日) 水曜 18:30~20:30 金曜 16:00~18:00	月 200円	北 勝子 ☎21-3468

※上記の自主グループに入られた方は、自主グループ連絡協議会会員となります

## 明新公民館ホームページサークル メンバー募集中!

明新公民館のホームページを製作管理するボランティアサークルです。  
一緒にホームページやパソコンの勉強をしてみませんか?お気軽にお越しください♪

\*活動日\*  
第2・4 火曜日  
19:00~21:00