2025 8月 須影公民館だより

SUKAGE

令和７年８月１日
発行　須影公民館
TEL５６１－０６６７

☆ペン習字講座☆

（美文字のコツを学びましょう。）

▼日時：9月28日（日）9：30～11：30
▼場所：須影公民館　▼費用300円
▼対象：市内在住、在勤の方
▼定員：10名（先着順）
▼申込み：8月9日（土）から費用を添えて
須影公民館へお申込みください。

【健康チャレンジ指定事業】

◇自彊術を取り入れた健康講座◇

（体調に合わせて無理なくできる健康体操です。）

▼日時：10月4日（土）9：30～11：00
▼場所：須影公民館　▼費用：無料
▼対象：市内在住、在勤の方▼定員：15名（先着順）
▼持ち物：ヨガマット、タオル、飲み物、
5本指靴下（お持ちの方）
▼服装：動きやすい服装
▼申込み：8月8日（金）から須影公民館へ
お申込みください。

【健康チャレンジ指定事業】

♫親子で楽しむベビトレヨガ（製作付き）♫

（産後ママの骨盤調整とベビーの脳トレが一緒にできる
親子ヨガ！）

▼日時：10月9日（木）10：00～11：00
▼場所：須影公民館　▼費用300円
▼対象：市内在住の0～3歳頃の子とその保護者
▼定員：8組（先着順）
▼持ち物：ヨガマット（お持ちの方）、飲み物
▼申込み：8月10日（日）から費用を添えて
須影公民館へお申込みください。

９月の高齢者大学
（9：30～11：30）

◆９月　４日（木）
ニュースポーツ
◆９月２５日（木）
いきいき健幸音楽♪

ご参加お待ちしております。

◇健康運動教室

日時　8月1日・22日（金）
9月5日・19日・26日（金）
10時～11時30分

◇はつらつ教室

日時　8月8日・9月12日（金）
10時～11時
場所　須影公民館・和室

8月の公民館休館日

- 毎週火曜日
- 11日（月・祝）山の日
- 13日（水）臨時休館
- 14日（木）臨時休館
- 15日（金）臨時休館

2025　8　August

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						