



# 井泉公民館だより

令和 3 年 10 月 1 日  
発行 井泉公民館  
電話 565-1009



## 素敵にレディ講座

## クリスマス飾りを作ろう

クリスマスの壁掛けを  
手作りしてみませんか

- ◆ 日時 12月3日(金) 9時30分～11時30分
- ◆ 場所 井泉公民館 講堂
- ◆ 定員 10名(先着順)
- ◆ 対象 市内在住、在勤、在学の方
- ◆ 費用 ¥2000(材料費)
- ◆ 持ち物 はさみ、筆記用具、接着剤
- ◆ 申込み 10月16日(土)から同公民館へお申し込みください



※ 公民館に見本があります。

## 健康チャレンジ指定事業

## めざせ美ボディ講座

- ① のびのびストレッチ  
肩や腰・ひざのスムーズな動きを目指します。  
日時 11月13日(土) 9時30分～11時
  - ② らくらく筋トレ  
第二の心臓と言われる筋肉や体幹を鍛えます。  
日時 11月27日(土) 9時30分～11時
- 場所 井泉公民館 和室
  - 対象 市内在住、在勤、在学の方
  - 定員 各12名(先着順)
  - 費用 無料
  - 持ち物 ヨガマット、飲み物、汗拭きタオル
  - 申込み 10月16日(土)から公民館へ



9月17日、1回目の益壮講座を開催しました。『交通安全・オレオレ詐欺』について、井泉駐在所の吉田規宏さんより、わかりやすくユーモアを交えて話をいただきました。参加者の皆さんも真剣に、そして和やかな雰囲気の中で聞いていました。

皆様も交通事故、詐欺の被害にあわないよう注意しましょう。



## 10月の公民館休館日

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						

はつらつ教室 10月20日(水) 午前10時～11時