

## 市民講座

本年5月17日、色彩講座でスタートした令和5年度西神楽公民館市民講座。

今年度は若干受講生も増えて23名で勉強中です。

これまでに学んだのは、色彩・厳選スイーツ・和楽器&舞踊&太鼓・夏山・インドヨガ・日本人という生き方・二胡&アイリッシュハーブ・糺の可能性などなど。

後半の予定は以下の通り。

9月 6日	足もみ元気
9月20日	社会見学 インテリア&庭園
10月11日	脳活エクササイズ
10月18日	遊んで上手くなる遊筆書道
11月 8日	(公開)大自然映像
11月15日	ハーブブレンド

普段は、なかなか体験出来ない講座をご用意してお待ちしております。

## \* 健康運動クラブ \*

9月		10月		11月		12月	
6	包括	4	包括	1	休み	6	包括
13	折笠	11	折笠	8	折笠	13	折笠
20	高橋	18	高橋	15	高橋	20	高橋
27	武田	25	武田	22	武田	27	武田

日時 第1~4水曜日・午後2時~3時

場所 市民交流センター 多目的ホール

参加費 無料(申込み不要)

持ち物 上靴(運動靴)・タオル・飲み物

内容 第1週 軽運動等

第2、4週 ヨガ

折笠まゆらさん、武田真由美さん

第3週 ボディコンディショニング

高橋憲司さん

※急遽変更・中止の場合もありますので、ご了承下さい。

## ☆☆キッズサロン☆☆

子育て支援センターぱれっとが開催している出張サロンです。毎月第3金曜日に楽しい遊びを準備して待っています!

ぜひ、親子で遊びに来て下さいね。

製作準備等がありますので、事前に申込みをお願いします。

時間 10時~11時30分

場所 西神楽市民交流センター

和室・洋室・多目的ホール ほか

定員 8組

申込み ぱれっと ☎63-6201

指導 子育て支援センターぱれっと

9月15日	西神楽をお散歩してみよう
10月20日	ハロウィン製作
11月18日	人形劇
12月15日	クリスマス製作

## << 加工室からお知らせ >>

### ☆みそ・こうじ・とうふ作り予約受付中☆

・みそ、こうじ：10月16日~4月末まで  
米：20kg~30kg 大豆：10kg~30kg

・とうふ：10月16日~5月末まで  
大豆：5kgもしくは10kgのどちらか

※5kgがそろわなければ、ご相談に応じます。

・こうじ菌、にがりには、改善センターでも販売しています。

・加工使用料は原料1kgにつき70円となります。

初心者大歓迎!

(指導員が懇切丁寧に指導致します)

加工の際にはマスクの着用をお願い致します。

電話で日程をご確認のうえ、お申込下さい。

問合せ 西神楽農業構造改善センター

☎75-3571

## ☆真空包装機を常備しています☆

加工調理した物を真空パックにして、新鮮・長持ち! ぜひ、ご利用下さい。

- ・使用についてはセンターで加工調理した物のみで持ち込みはできません。
- ・真空包装用の袋は持込OK、センターでも販売しています。
- ・加工使用料は原料1kgにつき70円となります。



### ホール開放日にポッチャできます

利用できる曜日と時間は

毎週火曜日 9時~12時まで

毎週金曜日 13時~17時まで



ご自由にポッチャを  
楽しんでください



## ❀ 社会福祉協議会からお知らせ ❀

### えほん読み聞かせ会

ボランティア 織田典子さんによる「えほん読み聞かせ会」を開催します

開催日 9月より

毎月第4土曜日10時~11時

場所 西神楽市民交流センター

フリースペース

対象 就学前幼児

申込み 不要(入場無料)



○ おやつを用意もあります

○ お父さん・お母さんと一緒にぜひお越しください

問合せ 西神楽地区社会福祉協議会

事務局 森崎

☎75-3133