

館報 板津だより

発行者
小松市立
板津公民館

小松市長田町146
TEL・FAX 23-7747
板津校下人口:9,964人
男:4,861人
女:5,103人
65才以上:3,164人(31.8%)
世帯数:3,908世帯(12/1現在)

令和4年度を 振り返って

令和二年発生の新型コロナウイルス感染症が感染拡大して三年が経過いたしました。

しかし、未だに収束が見られません。昨年度はコロナ感染症による当公民館開催教室が、中止・延期となることが多いとありますが、今年度も依然として気を緩めることなく感染予防対策が必要です。

今年度開催の各種教室の申込み時期が迫っております。従来の電話及び公民館窓口での申込みに加え、『こま電』電子申請サービスへの申込みも可能であります。是非どうぞ。

今年度は『暮らしに役立つスマホ教室』を新規開催いたします。

さらに、各種教室で利用している板津地区体育館内照明設備が一部『LED化』されます。

市立板津公民館は、地域の皆様・市民の皆様に寄り添い「生涯学習センター」として全力で取り組んで参ります。今年も多くの皆様方の参加申込みをお待ちいたしております。



シニア英語

基本に戻り教えて頂けるのが嬉しいですね。



健康太極拳

なかなか上手くなれませんが毎月の運動の為にと思って参加しました。



リラックスヨガ

気持ちよく体を動かすことができる充実した時間です。



ガーデニング

知識も得られ楽しい教室です。

令和4年度 主催教室 受講ありがとうございました!!



リメイクハンドメイド

ネクタイがハンドバックに生まれ変わりました～♪



水彩画

先生のお人柄もあり雰囲気も良く和気あいあいと受講できました。



らくらくエアロビクス

音楽に合わせて体を動かして心も体も軽快です◎。



3年ぶり作品展開催
(10/19～11/2 会場JA板津)

他 ≪リフレッシュ体操、ノルディックウォーキング、水引、笑いヨガ≫

令和5年度—新規教室—

～暮らしに役立つスマホ教室～

スマホ超初心者大歓迎♪

日常生活がスマートフォンでもっと便利に。

開催日時: 5月2日・9日・16日・23日・30日
(火曜日)全5回

13:30～15:00

場 所: 板津公民館 研修室

持 ち 物: スマートフォン(らくらくフォン以外)

受 講 料: 1,000円

定 員: 8名

“リフレッシュ体操教室にて フレイル予防講座を開催します”

心身の変化に対応して生活習慣の改善に取り組むことが大切です。フレイルを予防して健康寿命を延ばしましょう。

①5月12日(金曜日)

②5月19日(金曜日)

10:00から30分程度の講義です
その後は体操教室をおこないます。



折り紙サークル 会員募集!!

折紙は想像力を豊かにします。指先を使って折ることで、頭を活性化させましょう。

開催日: 5月24日～12月13日
第2・4水曜日(全14回)

時 間: 10:00～11:30

場 所: 板津公民館 研修室

会 費: 1,500円/年

令和5年度

受講生募集

講座名	日時/場所	回数	内容/受講料・材料費	講師
1 らくらくエアロビクス教室 (一般対象)【定員20名程度】 4月21日開始	月1～2回 金曜日 10:00～11:15(4・5・11月) 13:30～14:45(6・7・9・ 10・12・3月)(8・1・2月休み) 板津地区体育館	全12回	ストレッチとやさしいエアロビクス で心地よく身体を動かし代謝アッ プ。毎日を快適に。 受講料/2,400円	西川 恵子 先生
2 リラックスヨガ教室 (一般対象)【定員20名程度】 4月21日開始	4月～11月 基本第3金曜日 13:30～14:30(8月休み) 板津地区体育館	全7回	呼吸、姿勢、瞑想を組み合わせ、 心身の緊張をほぐします。 受講料/1,400円	林 葵 先生
3 リフレッシュ体操教室 (シニア対象)【定員30名程度】 4月28日開始	月1～3回 金曜日 10:00～11:30 (8・1・2月休み) 板津地区体育館	全20回	曲に合わせて心もからだもリフレッ シュ。健康を維持するため自分に あった体力づくりを。フレイル講 義もあります。 受講料/4,000円	西川 恵子 先生
4 健康太極拳教室 (一般対象)【定員20名程度】 5月9日開始	5月～12月 月2～3回 火曜日 13:30～15:00(8月休み) 板津地区体育館	全20回	ゆっくりとした全身運動でバラ ンスを整えやわらかい筋肉をつ くりましょう。 受講料/4,000円	田中 顕子 先生
5 暮らしに役立つスマホ教室 (一般対象)【定員8名】 5月2日開始	5月 毎週火曜日 13:30～15:00 研修室	全5回	スマホを使って暮らしをもっと便利 にできるよう基本から流行りのもの まで多方面に学びます。 受講料/1,000円	出口 美子 先生
6 書道教室 (一般対象)【定員15名】 5月10日開始	5月～3月 基本第1・3水曜日 9:30～11:30 (8・1月休み) 研修室	全16回	基本から応用まで楷書、行書、草書、 かなの筆づかいを学びます。また、 作品づくりにもチャレンジします。 受講料/3,200円 教材費/年4,000円	鈴 志津子 先生 (桃苑)
7 水彩画教室 (一般対象)【定員10名】 5月16日開始	5月～11月 基本第3火曜日 10:00～11:30 研修室	全7回	身近なモチーフを水彩絵の具で描 きます。初めての方でも気軽に親 しめます。 受講料/1,400円	浅野 和喜 先生
8 笑いヨガ教室 (一般対象)【定員10名】 5月20日開始	5月～10月(8月休み) 基本第3土曜日 13:45～14:45 研修室	全5回	笑う体操にヨガの呼吸法を組み合わ せた有酸素運動です。心身共に良い 事を盛り込んだ教室です。 受講料 /1,000円	華 琳 先生
9 水引教室 (一般対象)【定員10名】 5月25日開始	5月～10月 基本第4木曜日 10:00～12:00 研修室	全6回	伝統のある水引を使い、季節に応 じた作品づくりを楽しみます。 受講料/1,200円 材料費/要実費	水谷 絹代 先生
10 ガーデニング教室 (一般対象) 【定員10名】	5月27日(第4土曜日) 10月28日(第4土曜日) 10:00～11:30 研修室	全2回	季節の草花で寄せ植えを作ります。 花の植え方や管理の仕方を学びます。 受講料/400円 材料費/要実費	合場 加代子 先生
11 シニアのためのやさしい英語教室 (シニア対象)【定員10名】 6月1日開始	6月～10月(8月休) 基本第1・3木曜日 10:00～11:15 研修室	全8回	やさしい英文記事を読んだり、ミ ニ英会話や昔学んだやさしい基礎 英文法を学びます。英語の好きな シニアの方集まれ! 受講料/1,600円 教材費/年1,300円	吉村 志津子 先生
12 ハンドメイド教室 (一般対象)【定員10名】 6月2日開始	6月～8月 基本第1・3金曜日 13:30～15:30 研修室	全6回	身近にある素材を使い簡単な小物 づくりを楽しみます。 受講料/1,200円 材料費/要実費	北川 浄子 先生

受付時間：3月14(火)～3月22日(水)

申込方法：電話・窓口またはこまつ電子申請サービス

電話・窓口受付時間は開館日の9:00～16:00(休館日：祝日、日曜日、月曜日)

受付期間終了後に定員に余裕のある教室につきましては電話・窓口において随時受付します。

引き続き受講される方もお申し込み下さい。申込者多数の場合は抽選とさせていただきます。

※市立公民館主催教室は材料費とは別に受講料(大人200円/1回、子ども100円/1回)が必要です。

受講料は各教室の初回に一括でお支払ください。欠席された分の払い戻しはできませんので、ご了承ください。

教室の様子を写真に記録して広報等に掲載させていただく場合があります。

小松市立板津公民館(板津地区体育館内) 小松市長田町146番地 ☎23-7747

講座の
お申し込み

https://s-kantan.jp/city-komatsu-ishikawa-u/offer/offerList_detail.action?tempSeq=310