

全戸配布

H29松南地区公民館だより 2月号

なんなんひろば



「笑って動いて健康づくり」～笑いヨガ～

松南地区健康づくり推進員主催 健康講座

日時 平成29年2月22日(水) 午後1時30分～2時30分

場所 松南地区福祉ひろば

内容 笑いヨガ(初めての方でも楽しくできます!)

講師 Drカタリア 認定ラフターヨガリーダー

井上 真由巳さん



申込み不要 当日会場にお越しください♪

男性健康講座 ～強いオヤジをめざして～



<日時> 第1回: 3月 8日(水)
第2回: 3月15日(水)
いずれも19時30分～21時まで

<会場> 松南地区公民館 3階 大会議室

<持ち物等> 飲み物、タオル、動きやすい服装

講師: 松本あさはら整骨院
院長 浅原 繁さん
(オヤジファイトクラブ代表)

参加費: 無料
定員: 10名(先着順)

歳を重ねても、お腹が出た普通のオヤジではなく、家族を守る強いオヤジをめざしませんか? ストレッチや筋力トレーニングのほか、ミットにパンチやキックを打って体を鍛えましょう!



メニュー: ランニング、ストレッチ、筋力トレーニングほか

申込み先: なんなんひろば Tel 26-1083 ※定員になり次第締め切ります。

裏面もご覧ください! →

お問合せ: 松南地区公民館: 芳野4-1 Tel: 26-1083



地域で語り継ぐ戦争体験・満蒙開拓団

3月12日(日)

時間 午後2時～(予定)
 会場 松南地区公民館
 会議室4(2階)
 講師 文書館特別専門員
 小松 芳郎 先生



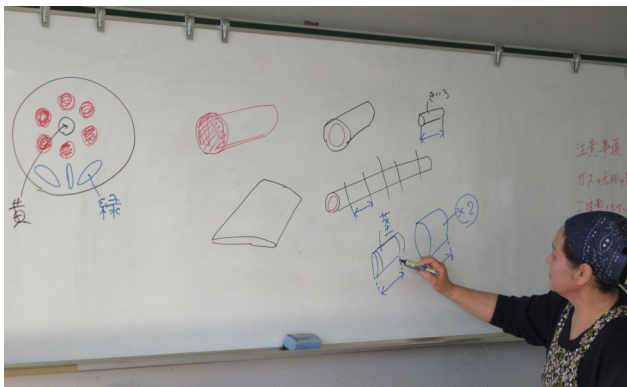
小松先生による、「松本地区における満蒙開拓団」(仮)の講演と、松南地区内にお住まいの開拓団経験者の方達(5名程)の経験談を交えながら当時の様子をお話いただきます。

参加費無料・申込み不要

公民館活動報告

<やしょうま作り講座>

1月21日の土曜日に、8組の親子を含めた計26名が参加してやしょうま作りを体験しました。思い描いたとおりの模様に仕上げるのはなかなか難しかったようですが、地域の皆さんとの交流を深めるよい機会となりました。



南部図書館では毎月2回「おはなし玉手箱」のみなさんによる、お話会をしています。赤ちゃんから…みんな、まっているよ!きてね☆

日時: 2月 3日(金) 11:00～(小さい子向け)
 2月 12日(日) 11:00～

場所: 南部図書館きつずコーナー

時間: 20分くらい。予約は不要です。

南部図書館カレンダー

2月

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				

□は図書館のおやすみの日です。

○は子どもむけのおはなし会の日です

南部図書館児童コーナーにて11時～

南部図書館開館時間: 朝10時～夜10時
 (日曜日は夕方5時まで)

表面もご覧ください→