

# 田人はっちく

## 平成29年度 前期市民講座を 開催します。

◆現在、“終活”応援講座のみ受付をしております。

◆電話でお申し込みができます。

◆お申し込み後、キャンセルされる場合は、お早めにご連絡願います。

◆ご不明な点は、公民館へお問い合わせください。

【お申込み先】田人公民館 ☎(69)2226

### 「簡単に作れるおうちごはん」

【主な内容】

手軽に作れて時間が短縮できる、  
家庭料理の作り方を学びます。

【実施日程】

5月～9月 第3水曜日

午前9時30分～11時30分まで

【回数】5回 【対象】成人【定員】20名

【費用】材料費 負担ありです。

【講師名】堀 慶子



～夕食編～

### 顔ヨガ・体ヨガ教室

【主な内容】

顔ヨガは、顔の筋トレで小顔・若顔を目指します。後半は、体ヨガも行います。

【実施日程】

5月～7月 第1・3水曜日

午14時00分～15時30分まで

【回数】6回 【対象】成人【定員】20名

【費用】無料

【講師名】佐々木喜栄子



### ペン習字講座

～実用編～

【主な内容】

手持ちの筆ペンを使って、のし袋や暑中見舞いの宛名書きなど、実用的なペン習字を学びます。

【実施日程】

5月～8月 第2・4月曜日

午後19時00分～20時30分まで

【回数】8回 【対象】成人【定員】15名

【費用】無料

【講師名】永瀬タキ子



### “終活”応援講座

【主な内容】

エンディングノートの作成方法や相続手続きの基本などを学びます。

【実施日程】

5月～7月 第2金曜日

午前9時30分～11時30分まで

【回数】3回 【対象】成人【定員】20名

【費用】負担あります。



残り僅かです!!  
お急ぎください!!

### 田人なかよし教室

【主な内容】

遊びやモノ作りを通して、色々なことにチャレンジします。工場見学も予定しています。

【実施日程】

5月～12月 第2土曜日

午前9時30分

～11時30分まで

【回数】6回

【対象】小学生【定員】30名

【費用】材料費 負担あります。

受付終了しました



# サークル紹介

## 田人七宝焼マーガレット

(種目)七宝焼 (会員数)7人

(活動日)第2・第4火曜日 午前9時〜

七宝焼のおすすめ

森合 智子



田人七宝焼マーガレット

田人公民館の創作室内七宝焼窯を利用してブローチ・ネックレス・ペンダント・ネクタイピン等の手作り作品を行っています。作り方は、銅版の上に、釉薬と呼ばれる色とりどりのガラスの粉末を盛り、700度〜900度位になった窯の中に、1分〜3分程入れて、冷まします。出来上がった作品の、デザインや色具合を、みんな楽しんでいきます。作ってみたい方は、是非、サークルにお入りになってください。

## 手編みサークル(種目)手編み

(会員数)8人(活動日)第2・4第火曜日 午前9時〜

系

蛭田 保子

私たちのサークルは、一人一人が、自分で作品にしたものに挑戦し、又、作品ができた時の喜びを、みんなでお忙しい時は仲間が手助けをして、楽しいサークルの時間を過ごしています。

## 田人ピラティスサークル

(種目)ピラティス(会員数)15人

(活動日)第1・2・4第月曜日

午前9時30分〜

ピラティスってなあに?

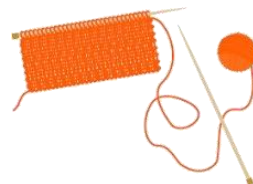
土屋 克子

骨盤周辺、腹筋、背筋など体の深層部を意識し体幹を鍛える運動ですが…一人で続けることは難しいことです。

当サークルは、県エアロビック連盟理事長他、色々な指導資格をお持ちでバイタリティーあふれる佐々木喜栄子先生の「ご指導をいただきながら、毎週月曜日に活動しております。



手編みサークル



田人ピラティスサークル

前半にストレッチ、後半は有酸素運動を行い「モデルになったつもりで！」の先生のお声かけにみんなそれなりに(笑)がんばっております。元気に年を重ねいつまでも若々しく、美しい姿を夢見てサークル生15名和気あいあい楽しく活動しております。

### 【公民館長から一言】

5月21日は「小満」にあたります。“万物が次第に長じて満つる”と言う意味だそうです。あらゆる草木が成長して生い茂る時期。

スギ花粉に悩まされる日々が通り過ぎて、風薫る5月、田人の木々も緑豊かな色あいを見せ、何をすることもいい季節になりました。

今回は、サークルの皆様から寄稿していただきました。地区の皆さまからも是非お声を聞かせていただき、今後の事業に活かしていきたいと思っております。

今回、ご紹介しましたサークルも含めて、田人公民館では全18サークルが、活動しています。

次回も、サークルの紹介をいたします。

お問い合わせは、田人公民館窓口まで。

発行 田人公民館  
FAX (699) 22226  
(699) 27226