



8月8日は「発酵食品の日」腸内環境を整え免疫力を高めましょう。

公民館の予定表

| 家族の予定 | 8月    | 公民館・まちづくり                        | 学級・短期講座  | 自主学級・サークル・スポ文     |             |                             |
|-------|-------|----------------------------------|----------|-------------------|-------------|-----------------------------|
|       | 8 木   | お兄さんお姉さんとお勉強のお部屋(2日目)            | 避難訓練     | 民生委員<br>児童委員協議会   |             | チアダンス(小2-3)                 |
|       | 9 金   |                                  | 楽しい朗読教室⑥ | スポ文理事会            | 太極拳(昼)      |                             |
|       | 10 土  |                                  |          |                   |             |                             |
|       | 11 日  | 山の日                              |          |                   |             |                             |
|       | 12 月  | 振替休日                             | 寿 麻雀     |                   | チアダンス(小4-6) |                             |
|       | 13 火  | 萩原不燃ごみ                           | 寿 卓球     | 篆刻教室              | マットピラティス    | チアダンス(小1) いなほ<br>伝統文化茶道     |
|       | 14 水  | 小里不燃ごみ                           |          |                   | スポ文 ヨガセラピー  | チアダンス(幼) 伝統文化華道             |
|       | 15 木  |                                  | 寿 カラオケ   |                   | はつらつ元気塾     | チアダンス(小2-3)                 |
|       | 16 金  | まちづくり理事会<br>文化祭まちづくり委員会          |          |                   | 太極拳(昼)      |                             |
|       | 17 土  |                                  |          |                   | コーラスジュビター   | サロン寄ってこ                     |
|       | 18 日  |                                  |          |                   | ヘルシー体操      |                             |
|       | 19 月  | 夏休み自習室<br>9:00~11:50             | 寿 麻雀     |                   | チアダンス(小4-6) | 伝統文化茶道                      |
|       | 20 火  | 夏休み自習室<br>9:00~11:50             | 寿 卓球     | スポ文サロン            | マットピラティス    | チアダンス(小1) 青バト講習会<br>いなほ     |
|       | 21 水  |                                  | 寿 コーラス   | 社会福祉協議会<br>稲津支部会議 | スポ文 ヨガセラピー  | チアダンス(幼) 伝統文化華道             |
|       | 22 木  |                                  | 寿 カラオケ   |                   |             | チアダンス(小2-3) 明るい社会づくり<br>推進会 |
|       | 23 金  |                                  | 楽しい朗読教室⑦ | シニアのための<br>ピアノ教室② | 太極拳(昼)      |                             |
|       | 24 土  |                                  |          |                   |             |                             |
|       | 25 日  |                                  |          |                   |             |                             |
|       | 26 月  | 麗澤瑞浪中学高等学校始業式                    | 寿 麻雀     | 太極拳(夜)            | チアダンス(小4-6) |                             |
|       | 27 火  | 萩原資源ごみ・紙類古着                      | 寿 卓球     |                   | マットピラティス    | チアダンス(小1) いなほ               |
|       | 28 水  | あいさつ運動② 小中夏休み明け集会<br>小里資源ごみ・紙類古着 | 寿 お喋りクラブ |                   | スポ文 ヨガセラピー  | チアダンス(幼)                    |
|       | 29 木  | お年寄りと子どもの<br>ふれあい広場              | 寿 カラオケ   |                   | はつらつ元気塾     | チアダンス(小2-3)                 |
|       | 30 金  |                                  |          |                   | 太極拳(昼)      |                             |
|       | 31 土  |                                  |          |                   | コーラスジュビター   |                             |
|       | 9/1 日 |                                  |          |                   | ヘルシー体操      |                             |
|       | 2 月   | 区長会                              | リトミック⑤   | 太極拳(夜)            | チアダンス(小4-6) |                             |
|       | 3 火   |                                  | 寿 卓球     | スポ文サロン            | マットピラティス    | チアダンス(小1) いなほ               |
|       | 4 水   |                                  | 幼児母親学級   |                   | スポ文 ヨガセラピー  | チアダンス(幼)                    |
|       | 5 木   | 文化祭実行委員会①                        | 寿 カラオケ   |                   | はつらつ元気塾     | チアダンス(小2-3)                 |
|       | 6 金   |                                  |          | シニアのための<br>ピアノ教室③ | 太極拳(昼)      |                             |
|       | 7 土   |                                  |          |                   |             |                             |

夏休み『お兄さんお姉さんとお勉強のお部屋』



小学生みんな集まれ～

大学生のお姉さんが優しくお勉強を教えてください。茶道や狂俳といった文化の体験や寿大学との交流もあり楽しい2日間になるよ！7日の昼食は用意します。8日はお弁当を持参してください。※アレルギーのある方に対応できない場合もあります。



- ◆期 日：8月7日(水)、8日(木) ◆時 間：9時30分～15時
- ◆場 所：稲津公民館 ◆定 員：14名
- ◆持ち物：宿題などお勉強道具(多めに持ってきてください)・タオル 帽子・水分補給用飲み物・お弁当(8日のみ)
- ◆参加費：500円(材料費込み7日にお支払いください)

青色防犯パトロール講習会を開催します



地域のみなさんが安全で安心して暮らせるように、青色防犯パトロール活動を行っています。パトロールボランティア活動には、青色防犯パトロール講習会の受講が必要となります。今年は稲津公民館で開催されますのでぜひご参加ください。

- ◆日 時：8月20日(火) 19時～ ◆場 所：稲津公民館 図書室 ◆申込み：稲津公民館 ☎68-3201

お年寄りと子どものふれあい広場

ミニプレゼントもあるよ！ 遊びにきてね！

少子高齢化社会が進む中で、高齢者と子どもと一緒に楽しめる場を設け、生きがいづくりや、思いやりの心が育まれることを願って開催します。



- ◆期 日：8月29日(木)
- ◆時 間：9時30分～11時30分
- ◆場 所：稲津公民館 多目的ホール
- ◆内 容：輪投げ・玉入れ・お菓子作り おもちゃの金魚すくい 幼児園児の踊り
- ◆主 催：社会福祉協議会稲津支部
- ◆問合せ：支部長 桑原きみ子 090-6579-8782
- ◆後 援：稲津町区長会・稲津まちづくり・稲津公民館

『ピラティスで身体を整える』



身体が気持ちよく楽になるピラティスを体感してみませんか。身体の柔軟性を高め、強化し、バランスを整えるためのメソッドです。昨年度も開催し好評の講座です。

- ◆期 日：①10月8日 ②10月15日 ③10月22日 ④11月5日 ⑤11月12日 ⑥11月19日 ⑦11月26日 ⑧12月3日 全8回 火曜日
- ◆時 間：10時～11時 ◆場 所：稲津公民館 和室
- ◆持ち物：ヨガマット(なければバスタオル)、タオル、飲み物
- ◆受講料：1,000円(初回受講時にお支払いください)
- ◆定 員：10名
- ◆受付：町内8月19日(月)～ 町外9月2日(月)～
- ◆締切り：9月30日(月)

