

クルトピア明郷だより

令和7年10月

発行 クルトピア明郷

館長 大平 香

TEL 0847-41-2738



10月の講座

成年後見制度セミナー

この制度を利用すれば何が守られるのか。
家族の将来に備えたいと思っている方も、まずは話を
聞いてみようという方もお気軽にご参加ください。

日時 10/8(水) 13:00~14:00

講師 府中市社会福祉協議会 社会福祉士
細羽 真葵さん 中廣 彩夏さん

受講料 無料(定員20名)

★ セミナー後、お茶をしながらざっくばらんに
質問や話をしましょう!

ポスチュアウォーキング 偶数月第3木曜日

日時 10/16(木) 13:30~14:30

内容 靴ひもの結び方と足裏ほぐしのマッサージ

講師 ポスチュアウォーキング協会認定ポスチュアスタイリスト
板橋 千代美さん

受講料 300円/1回(定員15名)

持参物 タオル、水分、室内用シューズ

★ 普段の生活のため、そして将来のためにも、
姿勢を意識して歩きましょう!

9月の行事報告

いろどりカレッジ
西部教室
9月19日木曜日

つくり笑いでもイイんです😊

笑って楽し😊笑って元気😊

~笑いヨガのススメ~

講師:笑いヨガリーダー 篠原高英さん

講師の篠原さんは父石町在住の方
です。府中市生涯学習センターでも
教室をされています。



河面町福寿会の道田さんは「腹
から笑ってストレス発散できた。」
と謝辞を述べられ、受講生のみな
さんも「つくり笑いでない」いい
笑顔で帰られました。

10月の予定

2日(木) スマホ教室

8日(水) 成年後見制度セミナー

9日(木) パソコン教室

15日(水) 色鉛筆画教室

16日(木) ポスチュアウォーキング

23日(木) パソコン教室

25日(土) 府中学びフェスタ

(会場: シーバックホール)



公民館利用時間等

開館時間

火~土曜日 9:00~21:00

職員勤務時間

火~土曜日 13:00~19:00

休館日

日曜・月曜・祝日・年末年始

問合せ・申込み

クルトピア明郷

☎0847-41-2738

○各講座・教室の申込受付は
先着順となります。

お早めにお申込みください。

詳細についてはお気軽に
お問合せください。

11月の行事(予告)

20日(木) いろどりカレッジ

講師:声楽家 奥野純子さん

「深まる秋の言の葉を」

29日(土) ウォークラリー

クルトピア周辺を歩いてみよう

秋の工作もできるよ!