

回覧おねがいします

クルトピア明郷だより

令和6年6月

発行 クルトピア明郷

館長 大平 香

TEL 0847-41-2738

うっとうしい季節も元気に過ごしましょう！

6月の講座

健康講座 (明治安田MY講座)

6/12(水) 13:30~14:30
『楽しく学ぶ!認知症予防』

安心したセカンドライフをおくるために、体操などの体験型コンテンツを交えながら認知症対策をご紹介します！講座の前に血管年齢測定&ベジチェック体験できます。昨年受講された方は、数値を比較してみてもいいですね。

受付 13:15~

定員 20名

参加費は無料ですが、事前にお申込みが必要です。



6月の予定

- 1日(土) 明郷太鼓踊り
- 12日(水) 認知症予防講座
- 13日(木) パソコン教室
- 15日(土) 体幹トレーニング
明郷太鼓踊り
- 19日(水) 色鉛筆画教室
- 20日(木) ポスチュアウォーキング
- 27日(木) パソコン教室
- 29日(土) 石けん教室

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

○各教室の詳細については
お気軽にお問合せください。

○各講座のお申込み受付は、
先着順となりますのでご了承
ください。

7月の講座

老人大学西部教室

第2回は7月18日(木)

奇数月第3木曜日10:00~11:00

受講料: 100円/1回

★熱中症や食事についてのお話です。

★詳細は7月号でお知らせします。

裏面は4・5月の行事報告

ポスチュアウォーキング
ニュースポーツ「モルック」
ごみの出し方とリサイクル

どうぞご覧ください。

ポスチュアウォーキング教室 偶数月 第3木曜日

6/20(木) 13:30~14:30

講師 板橋千代美さん

定員 15名

参加費 300円/1回

持ち物 タオル、水分

上履き(できればひも付き)

笑顔で歩いて
ますます元気に!

お早めに
お申込みください。

手作りの石けん教室 NEW!

6/29(土) 10:00~11:30

じぶんで作る『マルセイユ石けん』

講師 ハンドメイド石けん協会
小丸 知子さん(阿字町)

定員 4名

参加費 1,500円(材料費)

持ち物 エプロン、マスク、ふきん、筆記用具
保冷バッグとタオル(持ち帰り用)

☆刺激の少ない石けんですが、気になる方は香料や
着色なしでも作れます。申込み時にご相談ください。

