

クルトピア明郷だより

令和7年12月
発行 クルトピア明郷
館長 大平 香
TEL 0847-41-2738



本格的な冬に備えて体力づくりの習慣を!

12月の講座

ポスチュアウォーキング

日時 12/18(木) 13:30~14:30

内容 姿勢を意識して歩きましょう!

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(定員15名)

持参物 タオル、水分、室内用シューズ

靴ひもの結び方を
見直すと歩き方が
変わります!



体幹トレーニング

毎月
第3土曜日

日時 12/20(土) 13:30~14:30

内容 ケガをしにくいしなやかな体をつくろう!

講師 SEB体育企画(株)トレーナー

受講料 2000円/4回(定員15名:中学生以上)
体験無料

持参物 タオル、水分、マット 初回マット貸出し可



12月の予定

4日(木) スマホ教室
11日(木) パソコン教室
17日(水) 色鉛筆画教室
18日(木) ポスチュアウォーキング
20日(土) 体幹トレーニング
25日(木) パソコン教室

コーラス フリージア

12月11日
(毎月第2木曜日)
13:30~14:30
体験・見学へどうぞ!



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
12/29~1/3

問合せ・申込み

クルトピア明郷
☎ 0847-41-2738

11月の行事報告

いろどりカレッジ西部教室 11月20日木曜日

深まる秋の言の葉を ~秋の歌を集めて~

講師 ソプラノ:奥野純子さん ピアノ:山岡珠代さん



深まる秋
秋の歌
講師 ソプラノ
ピアノ

歌唱前の、曲の解説やご自身の経験を交えたお話によって、詩への理解が深まり、その後に聴く楽曲への感動が大きくなりました。

最後は輪唱を取り入れ、全員で「紅葉」を合唱。

大きい声で歌うのは気持ちいいですね!

僧殿町の細川さんは謝辞の中で「青春時代から大好きな中島みゆきさんの曲も、初めて聞いた曲も素晴らしかった。」と感想を述べられました。



♪ホールに響き渡る美しい歌声♪

★ 令和8年1月の講師は、府中市歴史民俗資料館学芸員の江草宣友さんです。