

回覧をお願いします

# 南公民館だより

令和6年12月発行  
府中市土生町615-19  
南公民館館長 西垣内香代  
電話・FAX 41-2240



新年あけましておめでとうございます  
本年もよろしくお願いたします。



## 1月 おすすめ講座

### 簡単竹ふみ健康づくり

日時 1月11日(土) 14:00~15:00  
場所 南公民館 2階 集会室  
募集人数 15名  
対象 どなたでも  
参加費 300円  
持参物 お茶(水分補給)  
講師 池田洋子さん(竹ふみインストラクター)  
申込みは不要です。 暖かい服装でお越しください。

参加者の声……

『血行が良くなりそう。』『気持ちよかった。』『肩こりがひどかったので、話が聞けて良かった。』



### 携帯電話(スマホ)教室

日時 1月23日(木) 11:00~12:00  
場所 南公民館 1階  
募集人数 10名(5名以上で始めます)  
参加費 無料  
持参物 携帯電話、筆記用具  
申し込み テキスト準備の為、申し込みをお願いします。  
締め切り 1月21日(火)  
講師 ドコモショップ府中店 職員

毎月第4木曜日11:00から始まります。  
皆さんの希望に合わせて、内容を検討される  
ので希望があれば参加の時に教えてください。



### 【1月予定】

8日(水) 3B体操、吹矢同好会  
10日(金) 卓球クラブ、クラフト教室  
11日(土) 民遊会  
11日(土) 竹ふみ健康づくり  
15日(水) 3B体操、吹矢同好会  
編み物サークル

16日(木) 洋裁教室(撫子の会)  
ハーモニカ教室  
17日(金) 卓球クラブ、クラフト教室  
23日(木) スマホ教室

各教室の見学等、興味をお持ち  
の方は公民館へお尋ね下さい。  
問合せ 南公民館 ☎41-2240



#### 【公民館利用について】

公民館開館日時 火~土曜日 9:00~21:00  
職員在館時間 火~土曜日 13:00~19:00  
※ 不在の場合もあります。  
休館日 日、月曜日 祝日

12月14日（土） 歌って元気 歌唱教室を実施しました



毎回、20人以上の参加があり大変好評の講座です。準備運動から始まり、腹式呼吸のやり方や、舌の動かし方も教えていただきます。歌い方のポイントを教わり、いざ歌い始めると『楽しいね』、『なるほどこの歌にはこんな裏話があったんじゃないか』と、皆さん話されていました。



12月21日 ふれあいしめ縄作り



師走恒例のしめ縄作りです。今回初めて参加される人もいましたが、「どうすればいいのかな」「できん。難しい。」最初はこんな声が多かったですが、飾りをつけ始めると「ええ感じじゃわ」「福が来るで」(70代)と、笑顔で話して下さいました。南小2年生の子も保護者と一緒に参加してれて、藁を揃えるのを手伝っていました。来年も良い年になりますように。。。



## 予告編 【2月の予定】

おすすめ講座 2月 6日（木）14：00～ デコパーシュ教室

参加者の声

.....「かわいい柄がたくさんあって楽しかった」「選ぶのも楽しいね」「またやってみたい」と、皆さん初めての作業を楽しくできたようです。今回は、BOXティッシュのケースにデコパーシュしてみましょう。詳細については、次回お知らせします。 申し込みをお願いします。



2月 8日（土）14：00～ 歌って元気 歌唱教室  
まだまだ参加者を募集します。 ふるってご参加ください。

