諸田公民館だより

令和8年11月1日
館長　大原　馨
TEL　49－0801

大人の美姿勢
★ 健康ウオーキング教室



正しい靴の履き方、歩き方について実践指導します

日　時 ： 11月11日(水)14:30～15:30
場　所 ： 諸田公民館　会議室
講　師 ： しなやか美歩　板橋千代美さん
持参物 ： タオル、水分、室内用シューズ(ヒモのある靴を持参して下さい)



11月の行事予定

	水		土
4日	14:00～16:00 定例会議	7日	14:00～16:00 サロンの会(カラオケ)
11日	14:30～15:30 ウオーキング教室	14日	13:30～15:30 絵手紙教室
18日	14:00～16:00 サロンの会	21日	14:00～16:00」 サロンの会(カラオケ)
25日	14:00～16:00 サロンの会	28日	14:00～16:00 サロンの会(音楽鑑賞)

○ 11/19(木)10:00～11:00 「府中市いろどりカレッジ」西部教室(クルトピア明郷)
演　題　「圓鍔勝三の世界」
講　師　圓鍔勝三彫刻美術館学芸員　西村理奈さん
受講料　100円 (一般の方も受講できます)
駐車場　府中明郷学園バス駐車場・下川辺保育所駐車場