



栄公民館だより

QRコード 〒739-0603 大竹市西栄3丁目14番13号 TEL:(0827)53-6688



sakaekominkn@fch.ne.jp FAX:(0827)54-0046

公民館だよりは、大竹市ホームページにも掲載しています！

休館日：毎週水曜日
3日(月)文化の日
23日(日)勤労感謝の日
24日(月)振替休日

11月募集の主催事業

カラダがよろこぶ健康講座

と き：11月11日(火)10:00～11:00

ところ：栄公民館 大ホール

講 師：明瀬 佳子さん

(スポーツインストラクター)

内 容：免疫力をあげる運動(有酸素運動)

持参物：運動のできる服装、室内シューズ、タオル、ヨガマット又はバスタオル、飲み物

申込み：不要



健康のツボ講座

～カラダのツボを知ってリフレッシュ～

と き：11月22日(土)10:00～11:30

ところ：栄公民館 大ホール

講 師：神戸 太一さん(鍼灸師)

内 容：手軽にできるツボ押しとストレッチを学んでリフレッシュしましょう！

持参物：運動のできる服装、室内シューズ、フェイスタオル(ストレッチに使います)、飲み物

定 員：20人(申込順)

申込み：11月2日(日)から電話または
直接公民館へ



日本の世界遺産を巡って

～おすすめポイントと豆知識～

と き：11月29日(土)10:00～12:00

ところ：栄公民館

講 師：西森 正明さん

(NPO 法人世界遺産アカデミー認定講師)

内 容：世界遺産の魅力や豆知識をお話します。

持参物：筆記用具

定 員：24人(申込順)

申込み：11月2日(日)から電話または
直接公民館へ



クリスマス寄せ植え講座

と き：11月15日(土)10:00～11:30

ところ：栄公民館

講 師：くにきよ園芸の方

内 容：ガーデンシクラメンを使った華やかな
クリスマスの寄せ植えに挑戦します。

持参物：ビニル手袋、エプロン、はさみ、
スコップ、筆記用具

材料費：2,000円

定 員：18人(申込順)

申込み：11月2日(日)から電話または
直接公民館へ



スポーツ吹矢に挑戦!!

と き：11月25日(火)13:30～15:30

ところ：栄公民館 大ホール

講 師：一般社団法人広島県スポーツウエルネ
ス吹矢協会の方

内 容：ゲーム感覚で吹矢を体験して腹式呼吸
と集中力を養いましょう。

持参物：運動のできる服装、室内シューズ、筆
記用具、飲み物

参加費：150円(マウスピース代)

定 員：15名(申込順)

申込み：11月2日(日)から電話または
直接公民館へ



12月主催事業のお知らせ(予定)

■カラダがよろこぶ健康講座 12月9日(火) 10:00~11:00

講師：明瀬^{みょうせ} 佳子さん (スポーツインストラクター)

12月は「体温をあげてみよう(有酸素運動)」です。



■プロに学ぶ簡単おせち 12月13日(土) 10:00~12:30

講師：山野 明さん(安芸グランドホテル総料理長)

家庭でできるおせち料理3品をプロに学びます。



■クリスマスコンサート 12月20日(土) 13:30~15:00

出演：クレオサクソフォンカルテットのみなさん

4種類のサクスが奏でる音楽でクリスマスを楽しみましょう！



■小学生工作講座 12月26日(金) 10:00~12:00

講師：国司 恵子さん(小物づくりアドバイザー)

スライム付きのスケジュール帳を作ります。

9月の講座レポート

日本百名城めぐり

お城好きと歴史好きが講座に集まり熱心に聞き入っていました。映像を交えたお城の歴史や特色、楽しみ方の話に皆さん次のお城めぐりの計画に思いを馳せていました。



働き世代のお金の金融講座

普段なかなか利用できない方に向けて夜の講座を開催しました。初めての夜の講座でしたが投資を計画している方からは「わかりやすい説明で参考になった。」との感想がありました。



第3回栄親子教室

大ホールを使って運動遊びを行いました。初めは広いホールにビックリ！バスタオルに乗って電車ごっこやボール遊びを楽しみました。大ホールはお母さんと子どもさんの笑い声でいっぱいになりました。



ひまわりさかえこども園 すみれ2組 3歳・4歳児

テーマ「み～つけた！ 秋のたからもの」

暑い夏も終わり、爽やかな秋がやってきました。ひまわりさかえこども園の作品も秋一色です。空を元気よく飛んでいるたくさんのトンボ、大きな木にとまっている虫たちの合唱がきこえてきそうです。秋のたからものがいっぱいあった素敵な作品を届けてくれました。



「栄公民館サポーター」募集のお知らせ

栄公民館では、夏休みや冬休みに子どもたちの見守りのお手伝いいただける「栄公民館サポーター」を随時募集しています。ご協力いただける方やご興味のある方は、気軽に栄公民館までお問合せください。

電話53-6688