

# R8年度

# あなたの“好き”を見つけるチャンス！

## 後半

### 健康・運動

### ～公民館講座で心豊かな毎日を～

### ものづくり

肥田

ナイト☆ヨガ

10/1・8・15・22  
(木)  
19:30～20:30

泉西

健康教室「足つぽ」

10/1・8・15  
(木)  
10:00～12:00

泉西

初心者向け  
バドミントン教室

10/10・17・24・31  
11/7 (土)  
13:00～15:00

下石

おひさまヨガ

10/7・21  
11/4・18・12/2  
(水)  
10:00～11:30

泉

ゆるヨガ

10/8・15・22・29  
(木)  
10:00～12:00

泉西

温活（免疫アップ）  
教室（託児付）

10/21・28  
(水)  
10:00～12:00

鶴里

《鶴里おもしろ子ども倶楽部》  
ファミリーマレット  
ゴルフ大会

11/7 (土)  
8:30～12:00

泉西

トレーニング機器  
の使い方教室

11/14 (土)  
10:00～12:00

土岐津

たるみ顔スッキリ！  
リンパケア

11/18 (水)  
10:30～12:00

駄知

顔ヨガ講座

11/25 (水)  
10:30～12:00

泉西

アクアシルヴ  
ウォーキング

11/28 (土)  
8:50～12:00

妻木

ノルディック  
ウォーキング講座

毎月第4土曜日  
10:00～12:00

曾木

健康  
マージャン講座

未定

土岐津

ものづくり講座  
(竹あかり)

10/17 (土)  
13:30～15:00

肥田

OnlyOneの  
寄せ植え講座  
クリスマスversion

11/7(土)  
13:30～15:30

下石

リボンアートで  
お正月を迎えましょう

11/7 (土)  
10:00～12:00

土岐津

草木染め講座

11/14 (土)  
9:30～11:30

妻木

松ぼっくり  
クリスマスツリー

11月予定  
10:00～12:00

泉

干支作り講座

12/1・8 (火)  
13:30～15:30

土岐津

コサージュを  
作ろう

12/5 (土)  
13:30～15:00

妻木

羽子板飾り  
(お正月飾り)

12/5 (土)  
10:00～12:00

曾木

季節を彩る  
「モダン羽子板アート」

12/5 (土)  
13:30～15:00

肥田

OnlyOneの  
寄せ植え講座  
お正月version

12/5 (土)  
13:30～15:30

泉西

フラワー  
アレンジメント  
しめ縄教室

12/5 (土)  
10:00～12:00

駄知

真菰でしめ縄  
づくり

12/8 (火)  
13:30～15:00

鶴里

フラワー  
アレンジメント教室

12/25 (金)  
19:30～21:00

駄知

フラワー  
アレンジメント教室

2月初旬  
10:00～12:00

妻木

おしゃれな  
壁掛け飾り

2月予定  
10:00～12:00

令和8年10月～令和9年4月開講予定の公民館講座の受講者を募集します！お住まいに関係なく、どの町の公民館講座でも参加可能です。

講座のお申込みは、各町の公民館だより（市HPにて閲覧可）に掲載されてから、各公民館で受け付けを開始します。

※祝日を除く火～土曜日14：30～19：30に各公民館へ電話又は来館のうえ、お申込みください。

# 文化・教養



下石

## 合唱講座

9/29～12/8の毎週火曜日  
(11/3はお休み)  
19:00～20:30

鶴里

## きれいな文字 講座

10/6・10/20・11/10・  
11/24・12/8 (各火曜日)  
19:00～21:00

泉西

## 油絵体験教室

10/6・13・20  
(火)  
15:30～17:00

肥田

## 生演奏で 歌いましょう

10/17～3/20  
第3土曜日  
14:00～15:30

下石

## クリスマスに奏でる ハンドベル講座

10/22・29、11/12・19、  
12/3・10 (木)  
13:30～15:00

下石

## 親子で楽しむ パネルシアター

11/11 (水)  
10:45～11:30

泉

## みんなで うたいましょう♪

11/25・1/27・3/24  
(水)  
13:30～15:00

下石

## 冬の星座巡り

1/30 (土)  
19:00～20:00

妻木

## 囲碁教室

毎週土曜日  
9:30～12:00

泉

## 美佐野街道を 歩こう

3/27 (土)  
9:00～12:00

泉西

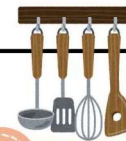
## 久尻用水を 歩こう教室

4/3 (土)  
8:50～13:00



公民館だよりは  
こちらから！

# 料理



泉西

## 満腹クッキング 教室

10/14 (託児付)、  
12/9 (託児付)、2/3  
10:00～13:00

鶴里

## 《鶴里おもしろ子ども倶楽部》 親子秋のお菓子作り 教室

10/24 (土)  
10:00～12:00

泉

## 風邪予防の シロップ作り

10/27 (火)  
19:00～21:00

土岐津

## 中華料理 ～韓国春巻き～

11/7 (土)  
9:30～12:30

泉西

## パンとスイーツ 教室

11/11、1/13 (水)  
10:00～13:00

曾木

## 秋の味覚を楽しむ！ 季節の料理講座

11/14 (土)  
10:00～12:00

土岐津

## 冬に向けて『麹甘酒』で 免疫力UP！ 甘酒レシピもマスター

11/28 (土)  
10:00～11:30

泉西

## 麺の魅力を 知ろう教室

12/12 (土)  
10:00～12:00

土岐津

## クリスマスケーキ 作り

12/12 (土)  
9:30～11:30

肥田

## ～いざという時のために～ 炊き出し講座

12/19 (土)  
9:00～12:00

泉西

## 男性だけの スイーツ教室 (Xmasケーキ)

12/19 (土)  
13:00～16:00

泉

## 味噌作り講座

1/23 (土)  
9:00～12:00

土岐津

## バレンタイン用 チョコづくり

2/6 (土)  
9:30～11:30

泉西

## 子ども簡単 お菓子教室

10/10 (土)  
10:00～13:00



## 【各公民館 問い合わせ先】

土岐津公民館：☎54-8338 下石公民館：☎57-5727 妻木公民館：☎57-4564 鶴里公民館：☎52-2176  
曾木公民館：☎52-2237 駄知公民館：☎59-2870 肥田公民館：☎54-4544 泉公民館：☎55-3653 泉西公民館：☎53-0288