

# 大谷公民館報

5 月 号

発行 大谷公民館

かつらぎ町大谷288-5

TEL・FAX 22-1644



## 各学級の案内

### いきいき学級（高齢者学級）

日 時：5月20日(水)午後1時30分  
 場 所：大谷公民館 2階 ホール  
 内 容：「開講式とみんなで楽しく健康体操」  
 講 師：米田 芳子 氏  
 持ち物：水分補給等の飲み物  
 ※動きやすい服装でご参加ください。



### スマイル学級（婦人学級）

日 時：5月22日(金)午後7時30分  
 場 所：大谷公民館 2階 ホール  
 内 容：「開講式とやさしいヨガ教室」  
 初心者でもできるやさしいヨガと、  
 ふくらはぎ・足裏のほぐしなどを実践していただきます。  
 講 師：米田 芳子 氏  
 持ち物：ヨガマット（バスタオル）・水分補給等の飲み物  
 ※動きやすい服装でご参加ください。



## 熱中症予防のための「涼みどころ」を開設します

危険な暑さから一時退避できる場所として公民館をご利用下さい。  
 ◇施設のルールを守ってご利用下さい。  
 ◇ご利用は開館中に限ります。  
 ◇状況によってはご利用できない場合があります。

【期間：5月～10月末まで】





## 令和 8 年度 大谷公民館のサークルをご紹介します



サークル名・実施日	活 動 内 容
<b>書道教室</b> 第 1 火曜日 9：30～11：30	自分で選んだお手本を参考に、字に親しみながら楽しく練習しています。 かつらぎ町文化祭・大谷文化祭作品展に出品することを目標としています。
<b>紀之郷の会</b> 第 1・2・3 木曜日 13：30～16：30	日本舞踊により美容・健康・美しい姿勢を保持し、心豊かな地域づくりに貢献することを目的としています。福祉施設を慰問し、高齢者との交流を深めています。
<b>手芸教室</b> 毎週水曜日 13：30～17：00	自分で選んだ編み物・パッチワークなどを自分のペースで製作しています。 完成した作品を、大谷文化祭作品展に出品することを目標としています。
<b>大正琴サークル</b> 第 1・3 木曜日 19：00～21：00	持ち運びしやすいサイズの大正琴でリズム感を養い、指先運動で若返りに役立っています。様々な演奏会への出演を目標に練習に励んでいます。
<b>大谷シルバー フィットネスクラブ</b> 第 2・4 火曜日 13：30～15：30	運動と脳トレで、体と脳を鍛えています。 健やかで元気に過ごせるよう、楽しみながらトレーニングに励んでいます。
<b>パッチワーク教室</b> 第 2・4 金曜日 13：30～16：30	いろいろな種類の布を組み合わせて、タペストリー・バッグなどを製作しています。完成した作品を、大谷文化祭作品展に出品することを目標としています。
<b>大谷碁友会</b> 第 1・3 木曜日 13：30～17：00	囲碁の歴史は古く、世界各地で楽しまれている脳トレ効果の高いゲームです。 囲碁を通じて会員の親睦を深め、技能の上達を目的としています。
<b>女子力 UP の会</b> 第 1・3 木曜日 19：30～21：00	会員同士の情報交換をしながら心豊かに知識を深めるサークルを目指しています。 各自作品を製作し、大谷文化祭作品展に出品することを目標としています。
<b>要約筆記サークル S.A.T かつらぎ</b> 第 2 木曜日 19：30～21：00	「要約筆記」は聞こえない人への情報保障手段で、毎月の例会では、その技術向上の為に学習や実技練習をしています。手書きとパソコンがあり、どちらも可。



大谷公民館では、9 サークルが活動しています。  
興味のある方は公民館までお問い合わせ下さい。

