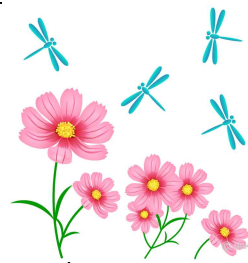




みずべ



10 月 号

北部出張所講座受講生募集

北部出張所
赤坂公民館
R8.10.1

11/14 (土)



こちらからも
申込できます

心とからだのストレッチ
眠りのヨガ

- ◆場 所 熊野公民館
(筑後市熊野 730)
- ◆時 間 10:00~11:30
- ◆定 員 10 人程度
- ◆受講料 200 円
- ◆締 切 10 月 20 日 (火) 15 時



12/4 (金)



こちらからも
申込できます

冬のガーデニング
と
寄せ植え

- ◆場 所 北部交流センター・チクロス
(筑後市蔵数 515-1)
- ◆時 間 10:00~11:30
- ◆定 員 15 人程度
- ◆受講料 200 円
- ◆材料費 2,000 円
- ◆締 切 11 月 17 日 (火) 15 時



講座の参加は必ず事前お申し込みをお願いします

申込み
問合せ

中央公民館(サンコア)
☎53-2178 Fax 53-4216

月曜~金曜日
9:00~17:00

※祝日の月曜日・
振替休日は休み



みずべ HP へ



～ 報 告 ～

初秋の献立・一汁一菜

タンドリーポーク
キュウリの和え物
冬瓜のスープ

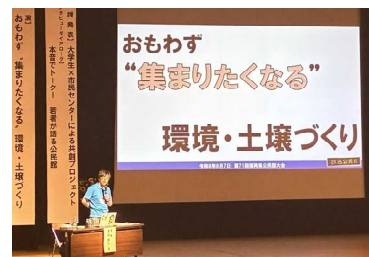


9月17日、チクロスにおいて管理栄養士の野田菜穂美さんを講師に、夏バテに負けないからだをつくる料理講座「初秋の献立・一汁一菜」を実施しました。

30代～80代の幅広い年代の参加で、和気あいあいと楽しいクッキングタイムとなりました。



福岡県公民館大会 in 田川



8月7日、田川市田川文化センターにおいて、「公民館の未来を創る～不易と流行の視点から多世代の参画を目指して～」というテーマで、福岡県公民館大会が行われました。

北九州市の大学生との共創プロジェクトの実践発表、インタビューダイアログ、そして島根県の景山良一氏の講話と、学びの多い研修会でした。今後の公民館活動に活かせる有意義な時間となりました。

お知らせ

まだまだ募集中！お申し込みは中央公民館へ

北部出張所・赤坂デイサービス共催

笑って脳活 笑いヨガ体験

10/26
(月) 10:00～

会 場 赤坂公民館

中央公民館講座

大人の社会科見学

11/12 はねバス乗車体験
(木) 10:00～