



サークル体験ひろば

1 回体験
無料

体を動かし健康づくり!
女性向けのサークルです



◆ プラティス同好会

プラティスで正しい姿勢を保ち、しなやかな体をつくりましょう。

【活動日時】 第 2・4 土曜 14:00～15:00

体験日 6/8 or 6/22(土)



◆ 骨盤調整プラティス

エクササイズでインナーマッスル(体幹)を鍛えて、からだの歪みを改善しましょう。

【活動日時】 第 1・3・4 月曜 13:15～14:45

体験日 6/17(月)



◆ リンパ巡りヨガ

リンパの巡りを意識しながら、ケガをしないヨガ動作をじっくり行っていきます。

【活動日時】 第 1・3 月曜 9:00～10:00

体験日 6/3 or 6/17(月)



◆ のびのびきーぷ

頭の体操と運動を行うコグニサイズで高齢者の元気と健康のキープを目指します。

【活動日時】 毎週火曜 10:00～11:00

体験日 6/25(火)



申込み・お問い合わせは 市之倉公民館 ☎ 22-3776 まで

Report

バザーを通してたくさんの繋がりが生まれました



4月14日の「春のふれあいマーケット」にてバザーを行いました。善意で集まったたくさんの新品未使用品を大勢の方にお買い求めいただき、バザーを通じて「だれかの要らない」を「他のだれかの欲しい」に繋げることができました。

陶の里フェスティバルにお越しの遠方からの来場もあり、大勢の方で賑わいました。

バザー売上金と募金で集まった103,157円は全額、日本赤十字社を通じて能登半島地震災害義援金として寄付しました。皆様の温かいご支援に心より感謝いたします。



皆さんの意見が、よりよい公民館づくりに ～施設の改善・サービス向上～

ご利用の多くのお客様へ快適なサービスが提供できるよう、ニーズにお応えして改善を行いました。



スマートフォン等と接続できるBluetooth 対応のラジカセを導入しました。



体操や会議に利用できる座高の高いイスを、和室に用意しました。



和室内の冷暖房をより効果的に利用できるよう、サーキュレーターを設置しました。



寒さ・冷え性対策に使える座布団とひざ掛けを用意しました。



劣化した陶芸室の作陶台をリニューアルし、快適に使えるようになりました。



見通しの悪い駐車場の出入り口にカーブミラーを設置。左右の確認をしやすくなりました。

いちのくらサロン

新聞ちぎり絵を楽しむ

新聞を手でちぎって貼って作ります。初めてでも絵心がなくても大丈夫！当日参加も可能です。

■日 時 6/13・7/11 (毎月第2木曜)
13:30~15:00

■参加費 1回200円
(教材費必要な方別途300円)

■持ち物 切り抜いたカラー面新聞紙、手ふき

■協力 中日新聞社(株) 多治見中日サービスセンター



認知症サポーター養成講座

「認知症ってどんなこと?」「こんな時どうしたらいいの?」あなたも認知症サポーターとして地域の応援者になりませんか。

■日 時 6/14 (金) 10:00~11:30

■講師 笠原地域包括支援センター

■参加費 無料

■共催 多治見市役所高齢福祉課

笠原地域包括支援センター



いちのくら卓球ひろば

どなたでも自由に卓球を楽しめます。テレビで紹介された手作り卓球マシン「B・T・S」の体験コーナーも同時開催！初心者も大歓迎です！

■日 時 7/14 (日) 13:00~16:00

■定員 15名程度

■参加費 100円 無料?

■持ち物 ラケット(貸出あり)、
室内シューズ、タオル、飲み物



さんあいカフェ

セラリーナ演奏会



認知症の方やご家族が気軽に出かけて、出会い話せる場所です。交流してリフレッシュできる時を過ごしましょう。どなたでもお気軽にお越しください。

■日 時 7/3 (水) 10:00~11:30

■参加費 無料

■申込み 笠原地域包括支援センター ☎45-0007 まで

■共催 笠原地域包括支援センター

今年もゴーヤ苗を配布します

◇日 時 6月8日 (土) 13:00~
◇配布数 1人につき2ポットまで配布
(なくなり次第終了)
◇配布元 多治見市役所環境課



わたしの主張大会 2024

地域の小学生・中学生が思いを伝える発表の場です。地域の皆さんもぜひお聴きください。花苗のプレゼントもあります。

◇日 時 6月8日 (土) 13:30~

◇会 場 市之倉公民館 大ホール

◇主 催 青少年まちづくり市民会議



6月のカレンダー

6/1	(土)	男子厨房に入る！男の料理教室	✓
6/5	(水)	結核・肺がん検診	✓
6/7	(金)	エバちゃんの歌唱力アップ講座	✓
6/8	(土)	ゴーヤ苗配布 わたしの主張大会	✓
6/9	(日)	いちのくら日曜卓球部	✓
6/12	(水)	元気アップひろば	【当日参加可】
6/13	(木)	新聞ちぎり絵を楽しむ	【当日参加可】
6/14	(金)	認知症サポーター養成講座 なつかしの歌のつどい	✓
6/17	(月)	地区懇談会	✓
6/19	(水)	ひだまり健康大学	✓
6/21	(金)	エバちゃんの歌唱力アップ講座	✓
6/23	(日)	いちのくら日曜卓球部	✓
6/24	(月)	元気アップひろば	【当日参加可】
6/28	(金)	なつかしの歌のつどい	✓

新着図書

- ◆人間標本
- ◆碧空の音
- ◆黄色い家
- ◆彷徨う者たち
- ◆スピノザの診察室
- ◆成瀬は天下を取りにいく
- ◆毎日かんたん！相葉マナブの365日野菜レシピ

- 湊 かなえ
- あさの あつこ
- 川上 未映子
- 中山 七里
- 夏川 草介
- 宮島 未奈
- テレビ朝日
- 「相葉マナブ」

図書館本館のホームページにて、本の検索から市之倉公民館所蔵の有無を調べることができます。

ギャラリー愛

木製帆船模型

サンタ・マリア号を中心に、大航海時代に活躍した帆船5隻を作成しました。ぜひご覧ください。

【出展者】土谷 保夫 様

【開催日】6/1 (土) ~ 6/29 (土)