



伝統工芸に挑戦 水引教室

9月より「水引教室」が開講されました。旧町にある「小島結納店」さんに教わりながら、月1回、全3回でじっくり取り組んでいきます。水引と言えば祝儀袋や贈答品の飾り、結納の品々に使われてきましたが、最近ではアクセサリや小物等、現代風にアレンジされたものも作られています。今回は「お月見とうさぎ」を題材にした立て掛け飾りに挑戦。参加者の方々は細かい作業に苦戦しながらも出来上がった作品のかわいらしさに歓声をあげていました。今回と残り2回の講座で完成した皆さんの力作は、12月の箕曲文化祭で展示する予定です。「水引」の新しい一面をぜひ見にきてください。

参加無料! 予約不要! 11月のもも太郎サロン

お菓子、楽しいイベントを用意して待っています! ゆったり・まったりおしゃべりしましょう♪

夏見サロン

夏見公民館

11月27日(木)

13:30 ▶ 15:00

「名張警察署より防犯について」

赤坂サロン

赤坂集会所

11月14日(金)

14:00 ▶ 15:30

「名張近鉄ガス防災教室」

瀬古口サロン

瀬古口公民館

11月13日(木)

13:30 ▶ 15:00

「おかなみ出前講座⑦ コックンからはじめる肺炎予防」

中村サロン

中村公民館

11月6日(木)

13:30 ▶ 15:00

「おかなみ出前講座② 自宅でできる腰+膝の体操」

▼ 11月のセンター主催学級・講座

主催講座	開催日時
ももちゃん広場	11/11・25(火) 10:00 ~ 11:30
健康麻雀教室	11/11・25(火) 13:00 ~ 16:00
水引き教室	11/19(火) 13:30 ~ 15:30
スマホなんでも相談室	11/14(金) 10:00 ~ 11:00
編み物教室	11/17(月) 13:30 ~ 15:30
ハンドメイド教室	11/18(火) 13:30 ~ 15:30
女性のための整体ストレッチ	11/18(火) 10:30 ~ 11:30

センター-職員のつぶやき

8月は箕曲地域になんと4名の赤ちゃんが誕生しました! おめでとうございます♡

箕曲市民センター

☎ 0595-63-0453

(平日9時~17時) 夏見215番地

minowa-ko@emachi-nabari.jp

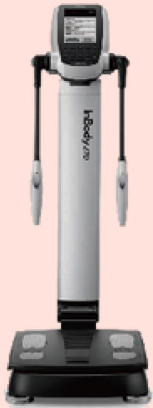
▼ 随時会員募集中! サークル紹介

サークル名	開催日時	募集
健康体操びいちびち	第2・4(火) 10:00 ~ 11:30	○
箕曲ピンポンクラブ	毎週(火)・(木) 13:00 ~ 16:00	○
箕曲水墨画教室	第4(木) 13:00 ~ 15:00	○
パドマ会(やさしいヨガ)	毎週(水) 19:30 ~ 21:00	○
絆卓球クラブ	毎週(金) 9:00 ~ 12:00	○
箕曲生け花教室	第1・3(水) 13:30 ~ 15:00	○
箕曲コーラスラ・ペスカ	毎週(木) 20:30 ~ 21:30	○
はだしエクササイズ	毎週(月) 10:30 ~ 11:30	○
ギターサークル夢弦	第2・4(土) 19:00 ~ 21:00	○
自彊術みのわ	毎週(木) 10:00 ~ 12:00	○
健康太極拳	第2・4(火) 10:30 ~ 11:30	○
スクエアステップはつらつ	第1・3(金) 13:30 ~ 15:00	○
夏見フラワーアレンジメント	第2(木) 13:00 ~ 15:00	○
撫子クラブ(フー・ピ・ボン)	第2・3・4(月) 9:30 ~ 11:30	○
己書幸座	第3(金) 13:30 ~ 15:30	○
卓楽会	毎週(火)・(日) 18:00 ~ 22:00	○



インボディ・血管年齢

New!



測定会

参加無料

申込不要

まずは自分の身体を知ることから

インボディとは？

筋肉量や脂肪量、
4大構成要素、内臓脂肪、
基礎代謝までわかる
体成分分析装置。

どちらも測定は
簡単じゃ！



血管年齢とは？

血管の弾力を目安として
血管の状態を年齢で表し
たものです。

10月22日 水 13:30 ~ 14:30
箕曲市民センター・2F

身体のことを良くわかる
結果用紙もお渡しします！

※インボディの測定は素足でおこないます。

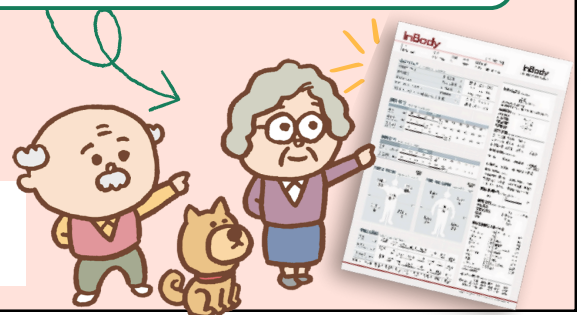
貴金属は外してください。

※妊婦の方、ペースメーカーをご使用の方は
ご遠慮ください。

お問い合わせはこちら♪

(平日9時~17時)

箕曲市民センター/0595-63-0453



はじめての京劇

箕曲小学校創立150周年

10/31 金 10:30~11:50
箕曲小学校体育館

※ 観覧無料 ※

↑詳しくは各地区回覧をご覧ください！

