



系我公民館だより

令和8年10月

夏の酷暑もしだいにおさまり、朝夕は少しずつ涼しくなって、秋を感じるころとなりました。季節の変わり目です。体調管理など気を付けてお過ごしください。

平素は公民館活動にご理解ご協力いただき、感謝申し上げます。

系我公民館サークル活動について下記のとおりご案内いたします。それぞれのサークル活動の内容については、系我公民館にお問い合わせください。

皆さんふるってご参加ください。



【系我公民館サークル活動のご案内】

	午前	午後	夜
月曜日	書道	水墨画 (第1) ハンドベル (第3)	
火曜日	100歳体操	手話ソング 編物教室	
水曜日	卓球 ヨガ	やわら体操	卓球 水墨画 (第2)
金曜日	100歳体操 みんなのサロン (第2) いきいき体操 (第4)	着楽 (第1・3)	ひよこクラブ
土曜日		系我ヨーガ	よさこい踊り (第2・4)

※そのほかにも将棋サークル (随時) があります。10月から、月曜日と水曜日の午前に『卓球』、土曜日の午後に『系我ヨーガ』が仲間入りしました。

【9月のふれあいルーム活動報告】

9月6日 (日) 『楽しいフランス語』



フランス語であいさつを交わしたり、自己紹介しあったり。絵本や音楽など取り入れて、覚えやすく楽しいひと時でした。

9月19日 (土) 『お団子作り』



お豆腐を入れた白玉団子に、シロップで色をつけて、カラフルな三色団子ができました。



10月のふれあいルーム予定

14日 (水) 午後2時30分～
【ちぎり絵の絵手紙を作ろう】



31日 (土) 午前9時30分～
【ハロウィンスイーツを作ろう】

