発行：中地区公民館 No.168
令和元年 8月 1日 発行
地域情報誌

みなく～る

〒522-0053　彦根市大藪町 2610　TEL/FAX 0749-24-0801　Nakachikukouminkan Communication

からだのコンディショニング講座

先月に引き続きからだを整えるための健康講座です。軽くからだを整えて、無理なくからだを動かします。気持ちのよい汗を流して、暑さに負けないからだをつくりましょう。

日　時：８月２０日（火）　10：00～11：30
講　師：前川　麻紀さん
（　NCA 認定インストラクター・健康運動指導士　）
定　員：２５名　　参加費：　無料
持ち物：タオル・飲み物・ヨガマット（お持ちの方のみ）
その他：申込み受付は８月１日(木) ９：００から先着順です。

かんたんにできる♪

ゆ　び　編　み　講　座

靴下のハギレ(新品)を利用して　健康のために‘ゆび編み’で
マットや座布団などを作りませんか？

日　時：９月　５日（木）　①　９時～　②　１０時～
　　９月１９日（木）　③　９時～　④　１０時～
【作成時間は個人により 1 時間半～3 時間かかります】

講　師：公民館スタッフ
定　員：各回１０名　　参加費：　３００円
持ち物：作品の持ち帰り袋

※写真はイメージです。

「　からだのコンディショニング講座　・　ゆび編み①　・　ゆび編み②　・　ゆび編み③　・　ゆび編み④　」

申込書

氏　　名	住　　所	連絡先 TEL

※申込受付は８月１日(木)　９：００から先着順です。**定員になり次第受付終了**とさせていただきます。
【　問合せ＆申込み　】　電話、または申込用紙にご記入の上窓口までお願いします。
中地区公民館 ”みなく～る”　TEL/FAX 0749-24-0801

生活習慣病予防教室

健康な身体は日ごろの食事から…
管理栄養士からのお話しと調理実習

日　時　　９月１９日(木)　９：３０～１２：００
　　（受付 ９：１５～）
内　容　　お話と調理実習
講　師　　田中管理栄養士・吉野保健師（彦根市健康推進課）
持ち物　　エプロン、三角巾、筆記用具
対　象　　平田学区の皆さん
場　所　　くすのきセンター　２階調理室
参加費　　無料　　定員　２５名
申込締切　８月 31 日（土）
申込方法　電話にて（氏名・住所・TEL）
　　下記 健康推進員までお申し込みください。

お問い合せ・申込みは
健康推進員 浮田　敬子 TEL 090-7489-0289

消防6分団だより

皆さん、こんにちは！第６分団です！
【ご報告】第６分団出身の北村久雄副団長大隊副長が「藍綬褒章」を受章されました！６分団としても大変名誉なことであり、諸先輩方の功績に恥じぬように団員一丸となって地域防災に勤めたいと思います。
【活動報告】5/23～7/8
・火災出場　４回　　・車庫待機　２回
Facebook 彦根消防団第６分団もご覧ください(^^)/

彦根りんご収穫祭

予約不要

日　時　８月４日(日)
　　９：００～９：４０　小雨決行
場　所　中藪町芹川沿いのりんご園
　　（第１みどり公園となり）
参加費　無料

彦根りんごが欲しい方は収穫に来て下さい。
問合せ先　池端さん
（電話は中地区公民館まで）

『彦根りんご』は江戸時代に井伊藩が育てたとされる和りんごで、一度は絶滅したものの、有志の方々により復活し、今やりんごの木は 30 本まで増えました。りんご酒やジャムにすると おいしいです。

滋賀大　Ｓｗｉｎｇｓ　サマーコンサート

彦根の皆様、こんにちは。滋賀大学彦根キャンパスの合唱サークル、Ｓｗｉｎｇｓ（スウィングス）です！令和元年に平成の夏を彩った歌を演奏させていただきます♪
「琵琶湖周航の歌」など７曲程歌います。お気軽にお越しください！
日　時　８月１８日(日)　開場 14：50～
　　開演 15：00～
場　所　中地区公民館　大会議室

歌って 楽しく 健康に♪ ～喉から元気に！～

日時：８月１０日(土)　１０時～１１時３０分
～歌で快眠リラックス～
講師：認定音楽療法士　樋水　昭宏さん
　　CELESTE（チェレステ）のみなさん
持ち物：上靴、飲み物　　参加費：無料

中央中生徒会からのお知らせ

服のチカラ プロジェクト

＜着なくなった服を必要としています＞
世界で服がなくて困っている子ども達に
着なくなった服を届けています
ご協力お願いします

受付場所：中地区公民館ロビー
期　　間：１０月５日(土)まで
対　　象：洗濯済みの１６０cm までの服
※靴下・下着は受付けていません。

映画の日

日時：８月１６日（金）１３：３０～
場所：　大会議室　　参加費：無料

みなく～る ギャラリー展

夏休み子ども書写展
８月１４日～８月２８日

ローズウィンドウ展
８月２９日～９月１２日
ローズウィンドウ教室
ブリエパピエ主宰　河瀬　有子