



女性限定

令和 8 年度 中居女性セミナー

今年度も、中居地区婦人会と共催で、女性セミナーを開催します。

	月 日	講座名	講師（予定）
1	6 月 4 日	開講式・健康の秘訣は楽しい毎日	松本先生
2	7 月 9 日	ラフターヨガ&キャップアップ体操	小鮎先生
3	8 月 6 日	フラワーアレンジメント	横山先生
4	9 月 10 日	グラウンドゴルフ教室	【調整中】
5	10 月 1 日	ベーコンにトライ！	戸塚先生
6	10 月 22 日	館外研修 【調整中】	—
7	11 月 5 日	グラウンドゴルフ教室	【調整中】
8	12 月 3 日	閉講式・人権教育推進講座	【調整中】

※都合により、日程・内容が変更になることがあります。

中居女性セミナー 「健康の秘訣は楽しい毎日」

松本梅頌さんの三味線と尺八の演奏にあわせた楽しいトークと歌で、心と身体を健康に保つ秘訣をいっしょに学びましょう。

【日 時】 6 月 4 日（木） 午後 1 時 3 0 分から午後 3 時 0 0 分まで

【場 所】 中居公民館 2 階 講義室 【費 用】 無料

【講 師】 松本 梅頌 さん

【参加方法】 婦人会会員の方は、当日お越してください。



※会員でない女性の方で、受講を希望される方は、事前に申し込みが必要です。公民館に直接、またはお電話でご連絡ください。電話番号：**027-352-9154**
<平日の午前 9 時から正午、午後 1 時から 5 時まで>

裏面のお知らせもご覧ください



中居女性セミナー「ラフターヨガ&キャップアップ体操」

ラフターヨガは心身の健康とストレス解消、そして、キャップアップ体操は腕や手の筋力アップと脳トレに効果あり。

【日時】7月9日(木) 午後1時30分から午後3時00分まで

【場所】中居公民館 2階 講義室 【費用】無料

【講師】小鮎 浪江 さん

【持ち物】タオル、水分補給用の飲み物、上履き

【参加方法】婦人会会員の方は、当日お越しください。



※会員でない女性の方で、受講を希望される方は、事前に申し込みが必要です。公民館に直接、またはお電話でご連絡ください。電話番号：**027-352-9154**
<平日の午前9時から正午、午後1時から5時まで>

図書の利用（貸し出し）について

貸出日 ○毎週木曜日 午後1時30分～4時30分

<ただし、休館日（祝日・臨時休館日など）を除く。>

※上記以外でも、利用登録がしてあり、図書室が空いている場合で、館長・職員が在館しているときは、貸し出しができます。

貸出数 1人 1回につき、5冊まで、貸出は原則2週間

貸出期間 (新規に購入した本でなければ、延長できます。)



食用油



廃食油回収について



5月の回収はありません。

6月の廃食油回収は、3日(水)の予定です。

公民館の休館日

5月 3日(祝・日) 憲法記念日、 5月 4日(祝・月) みどりの日、

5月 5日(祝・火) こどもの日、 5月 6日(水) 振替休日