

霊丘公民館

「コスモス女性学級」

コスモス女性学級は、霊丘公民館を生涯学習の場として、文学や健康、地元の歴史についての学習、軽運動、小物作りなど、さまざまな活動を行っています。一緒に参加してみませんか。

●と き 5月～平成31年2月 第2水曜

10時～11時30分（全9回）

※都合により変更になる場合があります

●対象者 市内に在住の女性で年間を通して参加できる人

●受講料 無料

※内容により別途材料費などが必要になる場合があります

●申込方法 霊丘公民館に電話またはFAXで申し込んでください

●募集期限 4月20日（金）

※応募者多数の場合は抽選となります。結果は5月1日（火）ごろ、はがきでお知らせします



公民館では各種講座を行っています
あなたも参加してみませんか

◆有明公民館（☎68-1101）

◆三会公民館（☎62-4505）

◆杉谷公民館（☎63-2231）

◆森岳公民館（☎63-2242）

◆霊丘公民館（☎64-2023）

◆白山公民館（☎63-2221）

◆安中公民館（☎63-2253）

杉谷公民館

「ウェーブリングストレッチ＆体幹トレ講座」

4月26日（木）、5月10日（木）・24日（木）、6月14日（木）・28日（木）、
7月12日（木）・26日（木）、8月2日（木）（全8回）

①午前の部…10時30分～11時30分

②午後の部…13時30分～14時30分

●募集人数 各20人（先着順）

●講師 秋吉 良子 先生

●受講料 無料

●申込方法 杉谷公民館に電話で申し込んでください

●持参品 ウェーブリング（持っている人）、ヨガマットもしくはバスタオル、飲み物

※ウェーブリングを持っていない人には貸出用があります



各講座の申し込みは
4月2日（月）
から受け付けます



心豊かでたくましく生きる島原っ子を育むための 『しまばら 家庭教育 三・三・七拍子！』

島原市社会教育委員の会では、「親（保護者）の役割」を3項目に、「家庭・地域の役割」を3項目に、「子どもに身につけさせたい（しつけたい）こと」を7項目に取りまとめた『しまばら 家庭教育 三・三・七拍子！』を推奨しています。そこで、市民皆さんに『しまばら 家庭教育 三・三・七拍子！』をお知らせし、取り組んでいただくため、その項目を毎月紹介していきます。

『しまばら 家庭教育 三・三・七拍子！』を家庭や地域の合言葉にして、皆さんで取り組んでいきましょう。

▶問い合わせ先 社会教育課（☎68-5473）



リーフレットは、市役所や各地区公民館などで受け取ることができるほか、市ホームページからもダウンロードできます