

# 夏休み宿題サポート 書道教室 書道ルーム

## 《講師》

高橋幽翠先生、高橋金舟先生、小沼隆芳先生、吉田芳静先生、室井春月先生、須藤春峰先生



書道教室 (小学生)



書道ルーム (中学生)

7月31日(日)に地区内の小学生を対象とした書道教室と、地区内の中学生を対象とした書道ルームが開催されました。

小学生は硯游会の方々に指導してもらいながら、中学生は書道ルームで作品を仕上げました。できあがった作品は、各学校へ提出するほか、公民館でも展示をします。

## 8月~10月の行事予定

### 8月

- 24日 ときわ学級 (健康講座)
- 27日 子どもヒップホップダンスクラブ
- 30日 市民大学連携講座健康講座  
はじめてのワークアウト①全5回

### 9月

- 1日 12月分利用受付開始
- 6日 はじめてのワークアウト②
- 10日 子どもヒップホップダンスクラブ
- 11日 地区ソフトボール大会
- 13日 はじめてのワークアウト③
- 14日 ときわ学級 (竹細工づくり)
- 19日 敬老の日 (休館)
- 20日 はじめてのワークアウト④
- 21日 厚崎ふれあい交流会
- 23日 秋分の日 (休館)
- 27日 はじめてのワークアウト⑤
- 28日 成人セミナー「アクト」

### 10月

- 4日 1月分利用受付開始
- 10日 スポーツの日 (休館)
- 20日 成人セミナー「アクト」
- 22日 子どもヒップホップダンスクラブ
- 26日 ときわ学級移動教室
- 30日 お野菜くらぶ

## 成人セミナー「アクト」参加者募集

第3回 成人セミナー「アクト」厚崎公民館主催事業

### 那須野が原開拓の歴史探訪ハイキング

④ ボーイスカウト那須野営場

ボーイスカウト那須野営場は、那須野が原(みちのけ)地区を管轄する中で、約8,000㎡の広大な自然豊かな敷地(約100m×500m)に、ボーイスカウトの活動が盛んに行われています。那須野が原の歴史や自然を学びながら、ボーイスカウトの活動を通して、地域社会に貢献していきます。

＜日 時＞ 9/28(水) 9:30~12:00

＜行き先＞ ボーイスカウト那須野営場

＜対 象＞ 厚崎地区在住・在勤の18歳以上

＜定 員＞ 20名 ※定員になり次第締め切り

＜申込み＞ 9/16(金)までに厚崎公民館に電話または窓口にてお申込みください

＜集合場所＞ 那須野が原博物館 駐車場  
※集合には集合場所・集合時刻を必ずご確認ください。  
※雨天決行します。雨天時は、野営場のホールにて那須野が原の歴史についてお話をします。雨天、参加費が異なります。

＜その他＞ ★マスク・帽子・飲み物・タオル・長靴(履用可)を各自で持参してください。  
★雨天決行します。雨天時は、野営場のホールにて那須野が原の歴史についてお話をします。雨天、参加費が異なります。

参加無料

お申込み・お問い合わせ ▶▶▶ 0287-60-1166

詳細は班回覧・ホームページまたは公民館で配布しているお知らせをご覧ください！

第4回 成人セミナー「アクト」厚崎公民館主催事業

### マイナンバーカードの活用方法を知ろう！

スマホを使ってマイナンバーカードの活用方法を知ろう！マイナンバーカードの活用方法を知ろう！マイナンバーカードの活用方法を知ろう！

＜日 時＞ 10/20(木) 13:30~15:00

＜講 師＞ ドコモショップ那須野店

＜対 象＞ 厚崎地区在住・在勤の18歳以上  
※定員になり次第締め切り

＜定 員＞ 30名 ※定員になり次第締め切り

＜申込み＞ 10/14(金)までに厚崎公民館へ電話または窓口でお申込みください

＜持ち物＞ 上履き・筆記用具

参加無料

お申込み・お問い合わせ ▶▶▶ 0287-60-1166

## 市民大学講座 参加者募集

8/30~9/27の全5回で、『はじめてのワークアウト』を行います。特別な器具は使わずに、いくつかのエクササイズメニューを組み合わせることで、基礎代謝の向上、筋力・体力の向上、メンタル面の強化を図ります。定員になり次第締め切りとなりますので、お申込みはお早め！

厚崎公民館主催事業 市民大学講座

### はじめてのワークアウト

ワークアウトとは  
特別な器具や道具を使わずに、いくつかのエクササイズメニューを組み合わせた運動を行うことで、日々の運動不足を解消し、基礎代謝の向上、筋力・体力の向上、メンタル面の強化を図ります。

運動は苦手...  
最近疲れやすい...  
理想のスタイルを手に入れたい...  
スポーツジムに行くのはハードルが高い...

そんなあなたに！

＜日 時＞ 2022/8/30(火)~9/27(火) 18:45~19:30 全5回

＜期 間＞ 8/30(火) 9/6(火) 9/13(火) 9/20(火) 9/27(火)

＜対 象＞ 市内在住・在勤の18歳以上の成人

＜定 員＞ 20名 ※定員になり次第締め切り

＜申込み＞ 厚崎公民館の窓口またはお電話でお申込みください

参加無料

お申込み・お問い合わせ ▶▶▶ 0287-60-1166