今年度の稲村公民館事業は計画どおり終了しました

令和５年度も残りわずかとなりました。１年間、稲村公民館をご利用いただきましてありがとうございました。お陰様で、予定していた主催事業はすべて終了することができました。これも、地域の皆様方のご理解とご協力のお陰と、心より感謝申し上げます。

新年度につきましても、引き続き、生涯学習と地域づくりに取り組んでまいりますので、どうぞよろしくお願いいたします。

稲公だより

班回覧用

稲村公民館　編集・発行
〒325-0032
那須塩原市若草町 117-1
Tel 64-3998　Fax 60-3107
メールアドレス　kou-inamura@city.nasushiobara.tochigi.jp
この「稲公だより」は稲村公民館の窓口でも配布しています

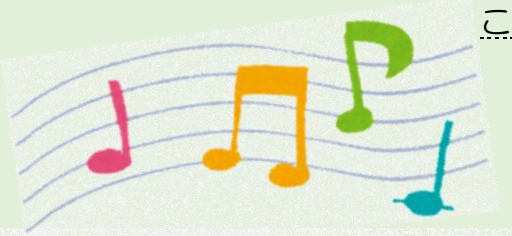
はつらつ講座「やさしいヨガ」参加者募集！！

新年度事業

令和６年２月６日から全３回で実施いたしました、初心者向けの「やさしいヨガ」は大変好評で、新年度(令和６年度)の「はつらつ講座(前期)」につきましても、講師の荻原とみ江先生にお願いし、開催させていただくことになりました。

身体のゆがみの矯正や筋力強化のほか、呼吸を整え、自分の心身と向き合うことで、リラックス効果や免疫力アップ、ホルモンの分泌を促すなど、様々な効果が期待できます。

この機会に是非ご参加ください。



ヨガ歴31年のベテラン講師による初心者向けヨガ

★日　　程：①令和6年5月14日(火)　ハタヨガ
②令和6年5月28日(火)　筋膜リリースヨガ
③令和6年6月11日(火)　骨盤底筋ヨガ

★時　　間：　午前10時～11時30分(90分)

★講　　師：　萩原とみ江　氏(T‘s　yoga 主宰)

★定　　員：　20 名（定員を超えたら抽選とし、落選した方に後日ご連絡いたします）

★持 ち 物：　ヨガマット
(300 円/1回でレンタル有。バスタオルでも可)
ブランケット（体を冷やさないために羽織るもの）
水分補給用の飲み物
室内シューズ
フェイスタオル(2回目の講座の際に使用)

★申込期間：令和6年４月 10 日(水)9時～
4月14日(日)16 時まで

★申込方法：稲村公民館窓口またはお電話(64-3998)でお申込みください。(お申込みはご本人様が行ってください)

ご好評につき再度開催いたします！

①子ども体験塾
「サツマイモ収穫」
②スマホ動画編集講座
③いなほ学級
「健康ヨガ」
④稲村小学校
家庭教育学級
「インテリアライト」
⑤夏休み宿題
お助け隊「書道」
⑥黒磯北中学校
家庭教育支援事業
「ひょうたんランプづくり」
⑦稲子連共催事業
「夜の公民館」
⑧やしお学級
「トールペイント」
⑨そば打ち体験
⑩9月のハイキング
⑪東原ｺﾐｭﾆﾃｨ共催事業
「寄せ植え」
⑫子ども体験塾
「お菓子づくり」
⑬地域学校協働本部事業
（3校同時実施事業）
「地域防災訓練」
⑭はつらつ講座
⑮味噌づくり
⑯やしお学級
「移動教室」
⑰スポーツ事業
「ｸﾞﾗｳﾝﾄﾞｺﾞﾙﾌ体験会」
⑱6月のハイキング
⑲東原小家庭教育学級
「移動教室」
⑳地域学校協働本部
事業（稲村小）
「地域緑化活動」
㉑管内小・中学校
「3校合同講演会」
㉒稲村公民館まつり
㉓ いなほ学級
「世代間交流事業」
㉔稲村地区子供会育成会
「研修会」

写真で振り返る　令和５年度稲村公民館事業

重要なお知らせ

4月1日から出せる品目が変更になります！

★容器包装プラスチックが出せなくなります

★製品プラスチックとペットボトルのキャップのみ回収いたします。

詳しくは市の廃棄物担当課(☎62-7301)へ

◆◆◆公民館職員の人事異動◆◆◆

地域の皆様、公民館をご利用の皆様には大変お世話になりました。心よりお礼申し上げます。新年度、新たな職員とともに引き続き稲村公民館をよろしくお願いいたします。

館長　松本仁志　➔　新館長　亀田　祐子
係長　小野純子　➔　新係長　角田　晃