

# 小谷地域センターだより



## 健康学級のご案内

### 健康づくりの基礎講座

#### 【血管・脳年齢測定】

自分の今の「血管、脳」を知ろう！！  
自分の身体、健康を見つめなおすきっかけにしてください。

- 【講師】 保健師
- 【日にち】 2月20日〈金〉
- 【時間】 10:00～12:00
- 【対象】 成人
- 【場所】 小谷地域センター
- 【持参物】 室内用運動靴・飲み物  
タオル

予約不要  
無料



簡単な体操をしますので動きやすい服装でお越しください

今年もセンター長、手作りの門松が玄関を飾りました。



申し込み、お問い合わせ先  
小谷地域センター  
TEL 434-3758

発行 小谷地域センター 第18号  
TEL/FAX (082) 434-3758



地域センターにまだ来たことのない人  
ちょっと来てみませんか。  
どんな講座があるか覗いてみてください。  
地域センターの講座に参加して、皆さんと  
楽しく仲間づくりをしましょう♪

## 参加者 募集

### 「篠笛教室」

- 【日にち】 毎月第2・4木曜日
- 【時間】 13:30～15:00
- 【場所】 小谷地域センター



### 「木工教室」

- 【日にち】 毎週月、水、木曜日のいずれか
- 【時間】 8:00～12:00, 13:00～17:00
- 【場所】 猪木邸（作業場）
- 【参加費】 1回参加 300円  
材料費は実費



### 「カラオケ教室」

- 【日にち】 毎月第1・3火曜日
- 【時間】 13:30～15:00
- 【場所】 小谷地域センター
- 【参加費】 1,500円



## 2月小谷地域センター予定表



日	曜日		日	曜日	行事
1	日	市民協働まちづくり協議会	17	火	卓球教室
2	月	トランポビクス			カラオケ教室
		ダンススポーツ教室	18	水	ボウリング教室 (移)
		木工教室 (移)			卓球教室
3	火	卓球教室			木工教室 (移)
		カラオケ教室	19	木	篠笛教室
4	水	ボウリング教室 (移)			木工教室 (移)
		卓球教室			市民協働まちづくり協議会
		木工教室 (移)	20	金	健康学級
5	木	木工教室 (移)			ヨガ教室
6	金	ヨガ教室	21	土	囲碁教室 (移)
7	土	女性部 (健康教室)			和太鼓
		囲碁教室 (移)			土曜体験活動
		和太鼓	22	日	
8	日		23	月	トランポビクス
9	月	トランポビクス			ダンススポーツ教室
		ダンススポーツ教室			木工教室 (移)
		木工教室 (移)			編み物教室
		編み物教室	24	火	卓球教室
10	火	卓球教室	25	水	ボウリング教室 (移)
11	水	休館日			卓球教室
12	木	篠笛教室			木工教室 (移)
		木工教室 (移)	26	木	篠笛教室
13	金	ヨガ教室			木工教室 (移)
14	土	囲碁教室 (移)	27	金	大正琴教室
		和太鼓			ヨガ教室
15	日		28	土	囲碁教室 (移)
16	月	トランポビクス			
		ダンススポーツ教室			
		木工教室 (移)			

教室の見学はできますので、お気軽にお越しください。 1月19日現在  
 指導者、利用者の都合で日時、内容が変更になる場合もありますので  
 ご了承ください。

