



## 卓球教室

毎週火・水曜日  
13:30~16:00

勝ち負けはこの次！いつも笑い声が絶えません(〇)



・・・つてスマッシュ



## トランポピクス教室

毎週月曜日  
9:30~11:00



イチ、ニ、サン、シ

癒しのBGMが流れるなか体を動かすと、うっすらと汗が。心も体もスッキリ!!とても気持ちがいいです。

## 編み物教室

毎月第2・4月曜日  
13:30~15:30



次は何を編もうかしら

ハンドメイドの作品は、愛情がこもって、ほんわかと温かみがありますよね



## カラオケ教室

毎月第1・3火曜日  
13:30~15:00

年二回の発表会を目標に、発声、ブレス、音程やリズムのレッスン！皆さんの素敵な歌声が館内に響きます♪



## 篠笛教室

毎月第2・4木曜日  
13:30~15:00



第32回 文化のつどい

毎年、地域行事のステージで日頃の練習成果を披露しております。



## ヨガ教室

毎週金曜日  
13:30~15:00

体が柔軟になって元気になりました。



## 大正琴教室

毎月第4金曜日  
9:30~11:30

月1回の教室ですが、広い音域の曲にもチャレンジされ、合奏の面白さを楽しまれています。



## 囲碁教室



毎週土曜日  
13:00~17:00

健康の源！男性ばかりの教室で一見地味ですが、秘めた闘志が



# 小谷地域センター 自主講座の活動風景



## 3予防いきいき元気倶楽部

毎週水曜日  
9:30~11:30

いきいき百歳体操、脳トレ、歌など毎回多様なメニューで楽しく活動されています。いつまでも住み慣れた地域で、自分の力で動いて充実した生活を送りたいですね。



## なかよし文庫

毎週水曜日  
10:00~12:00

歴史ある図書ボランティアサークルで日々熱心に活動されています。



## ハンドベル教室

毎月不定期土曜日 15:00~17:00



♪大人も子どもも楽しく演奏練習

## 小谷SD教室

毎週月曜日  
13:30~16:00



可憐なポーズで  
素敵でしょう

## 小谷一心太鼓

毎週土曜日  
18:00~20:30

練習頑張ってます  
地域行事で大活躍



# 4月から始まる主催講座のご案内



## ヨガセラピー教室

NEW

いろいろな呼吸法を学び、深めながら、心と体をリラックスさせるヨガセラピーを始めませんか？

4/5(木)スタート

講師 吉岡 礼子先生  
日時 毎週木曜日 10:00~11:30  
定員 15名(先着順)  
申込み 小谷地域センター  
TEL (082)434-3758



## Kodani ミュージック カフェ教室



懐かしのLP 盤レコードを鑑賞しながら語り合ひましょう。別紙回覧をご覧ください。皆様のご参加をお待ちしています。

日時 毎月第2・4木曜日(変更あり) 13:30~15:30

## 水彩画を楽しむ会

今年の1月からスタートした教室です。興味のある方！どうぞ見学においでください。

日時 毎月第2・4月曜日(変更あり) 9:00~12:00

## 健康学級

日時 毎月第3金曜日 10:00~11:30

第1回は  
4/20  
(金)



2/16(金) 脳年齢測定

## 男性料理教室

男性限定の料理教室です。バランスのいい食事を摂って心豊かなライフスタイルを満喫しましょう。

講師 永久 やすこ先生  
日時 年9回 10:00~13:00 第1回 4/18(水)  
定員 10名(先着順) 材料費 500円  
申込み 小谷地域センター TEL (082)434-3758



このほかにも、平成30年度から新しく始まる講座があります。

平成30年4月号(次号)で、今回掲載した主催・自主講座と併せてご案内いたします。

暖かい春の訪れとともに、新しい出会いと学びに

レッツ チャレンジ

皆様どうぞ小谷地域センターへ気軽にお越しください。 問合せ TEL(082)434-3758