

# 公民館だより

川合公民館報  
令和8年5月号  
TEL 65-5170

## やさしいヨガ教室 (全8回)

日時：6月2日・16日(火) 13:30~15:00  
(7/7、7/21、8/4、8/21、9/1、9/15 の予定)

場所：川合ふれあい会館

講師：小林奈々絵 先生

参加費：1回 100円

(1回だけの参加もOK!)

持ち物：ヨガマット・飲み物・タオル

(ヨガマットのない方は貸し出しあります)



初心者向けの簡単なヨガです。自分のペースで無理なく参加していただけます。優しく呼吸を整えて体調維持に努めましょう。ご自身の都合に合わせての参加でも大丈夫です。興味のある方は5/25(月)までに申込書を川合公民館ポストまでお願いします。(FAX 65-5170でも可です)

..... キリトリセン .....

### やさしいヨガ教室 参加申込書(6/2~9/15)

名前	住所(記入例 是本など)	電話番号

## 《5月の川合健康教室》

5月9日、16日、30日(土) 午後1:30~3:00頃

川合公民館の健康サロンです。どなたでも無料で参加できます。ちよときつめで身体に効く体操です!いかがですか?



## 《ふれあいサロン》

5月よりふれあいサロンが始まります。今年度は毎月第3水曜日の午前10:00～11:30までです。どなたでも自由に参加していただけます。みんなで楽しく集いましょう！（小駄良の紙芝居の上演もあります）

**（日 時） 5月20日（水） 10:00～11:30**

**（場 所） 川合ふれあい会館**

**（参加費） 200円**



## 《手のひらアレンジフラワー講座》

**（日 時） 5月19日（火） 10:00～11:30**

**（場 所） 川合ふれあい会館**

**（講 師） ミニ花ボランティアの皆さん**

**（材料費） 200円**

**（持ち物） 花切りバサミ、使わなくなったコーヒーカップなど**  
（小さめのカップの方が可愛く出来上がります）



「日常に、小さな彩りを🌸」～誰でも簡単！心ときめくミニ花アレンジメント～  
昨年度好評だった、野に咲く小さな花々のアレンジフラワー講座です。

たくさんの花の中から、自分の「押し」を見つけてくださいね♥

参加希望の方は**5月13日（水）**までに申込書を川合公民館ポストまでお願いします。電話またはFAX 65-5170でもOK。（お花の準備がありますので期日厳守をお願いします。）

.....キリトリセン.....

### 手のひらアレンジフラワー講座 参加申込書(5月19日)

名 前	住 所(記入例 是本)	電話番号