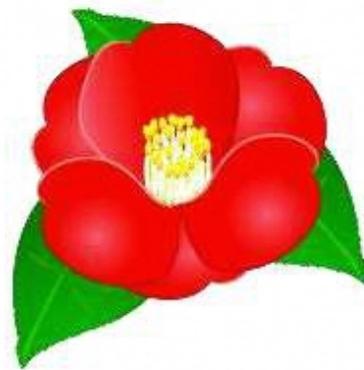


青海地区

No.144
R8.2.25



公民館だより2月号

〒949-0305 系魚川市青海4690番地

☎・📠 555-7008 ☒ oumiko@bz04.plala.or.jp

公式LINE



参加者募集

※参加人数把握等のため、いずれの事業も必ず事前にお申し込みをお願いいたします

エアロビクス教室

と き：3月6日、27日(金) 10:00~11:00

持ち物：運動靴、タオル、飲み物

ところ：きらら青海 カルチャールーム

動きやすい服装

内容：エアロビクス体験

参加費：100円/回

講師：インストラクター 大町みのりさん

対象：どなたでも ※初めてご参加の方は健康状態の確認をさせていただきます

スキルアップ教室

と き：3月15日(日) 10:00~12:00

対象：どなたでも

ところ：青海生涯学習センター 和室

◇お子様とご一緒の参加もOK!

内容：春メイクレッスン

持ち物：普段お使いのメイク道具

講師：Beauty salon Lucia 斉藤由美子さん

参加費：無料

(エステティシャン/JMANメイクアップアドバイザー3級)

定員：6名

締切
3/6
(金)

支館出張教室

と き：3月25日(水) 13:30~15:30

ところ：寺地支館

※終了時間は
早まることがあります

(寺地地区以外の方のご参加も可) ①シナモロール ②けろけろけろっぴ ③キティ&ミミイ

内容：パウダーマグネット作り

持ち物：飲み物

参加費：500円(2個1組)

春休みのお子様
も大歓迎です!!

④キキ&ララ

⑤マイメロディ・クロミ

定員：10名程度

※参加人数把握のため必ず公民館へお申し込みください

※①~⑤から一つお選びいただき、お申し込み時にお伝えください

締切
3/10
(火)



【冬のお楽しみ会】 1/10(土)



冬のお楽しみ会は、シャルマン火打スキー場で雪遊び体験をしました。

最高の天気にも恵まれ、子どもたちはゲレンデを走って、滑って、雪だるまを作って…最後は雪の中で冷やし固めたお手製アイスクリームを食べました。



【エアロビクス教室】 1/9, 23(金)



1月は2回、エアロビクス教室が開催されました。

寒さで固まった身体をしっかりとほぐし、一時間動くことで、気持ちの良い汗を流すことができました。

【支館出張教室】 1/21(水)



名引支館でリズム体操を行いました。

大雪予報もありましたが、たくさんの方にご参加いただき、懐かしの歌謡曲に合わせた振り付けで体操を楽しみました。