

令和7年7月1日

発行：船川北公民館

TEL・FAX 24-3140

きずな

ふ る さ と と 共 に

No138

楽しい歌声カルチャー開催のお知らせ

～楽しみながら、気持ちのいい発声で歌ってみませんか？～

- 日 時：7月8日(火) 午後1時30分～午後3時
- 会 場：船川北公民館 プレイルーム
- 持ち物：飲み物・上履き



♪講師に、声楽家の齋藤琴美氏をお迎えし、皆さんで夏の歌を楽しく歌いましょう♪

*当日参加も可能です。

【申込み・問合せ】 船川北公民館 ☎ 24-3140

藍染め教室開催のお知らせ

板染め絞りで、オリジナル模様の手ぬぐいを作ります！

- 日 時：7月16日(水) 午前10時～午後2時
- 会 場：船川北公民館 小会議室
- 定 員：8名
- 参加費：1000円(材料代)
- 持ち物：ゴム手袋・長靴・大きめのバケツ・バスタオル1枚・昼食・飲み物・上履き
- 申込期限：7月11日(金)

※汚れてもよい服装でご参加ください。

【申込み・問合せ】 船川北公民館 電話 24-3140

☆スマホ教室開催のお知らせ☆

シニアのための楽しく学べるスマホ教室＋よろず相談会を開催します。参加費無料。

- 日 時 7月11日(金) 午後1時30分～午後3時 ※ どなたでも参加できます！
- 定 員 10名(要予約)
- 持ち物 スマートフォン、筆記用具

【申込・問い合わせ】 船川北公民館 電話24-3140

★ニコニコ体操★

6月19日(木)ニコニコ体操では、秋田県スポーツ科学センターの田中先生を講師にお招きし、運動の指導をして頂きました。脳トレ・ストレッチ・筋力トレーニング・有酸素運動等、田中先生のジョークを交えた説明に、皆さん楽しく運動していました。運動の「日常化」、「習慣化」を通して、健康の増進を図ることで、健康寿命延伸に繋がるようです。休憩時間に披露される、田中先生のマジックに笑いあり、拍手ありと、とても和やかな時間となりました



健康保持するため、皆さん熱心に取り組んでいます！



田中先生のマジックショー？

★市内移動研修★

6月24日(火)、市内移動研修で航空自衛隊加茂分屯基地へ行ってきました。はじめに、庁舎内に於いて部隊概要説明を聞きました。本山の頂上にあるレーダー基地見学では、レーダーの大きさに驚くだけでなく、山頂から見える素晴らしい景色を堪能することができました。昼食は、空自おすすめ「しょつつる空上げ」を頂きました。航空自衛隊加茂分屯基地での活動や任務を学び、とても充実した移動研修となりました。



参加者募集のお知らせ

船川北公民館では、第1水曜日午後1時から、健康マージャン交流会を開催しております。興味のある方、初心者の方、経験者の方、男性、女性どなたでもお気軽に参加してみませんか？参加費は無料です。

開催日等のお問い合わせは船川北公民館 ☎24-3140 まで。



の行事予定

毎週(火) 和母くらぶ
毎週(木) ニコニコ体操
隔週(木) 夢灯り男鹿
毎週(土・日) グロースFC
第一水曜日 健康マージャン

7月8日(火) 歌声カルチャー
7月11日(金) スマホ教室
7月16日(水) 藍染め教室
7月28日(月) りんごの教室