



健康チャレンジ指定事業

らくらくピクス 受講生募集

音楽のリズムにあわせて、身体を動かす健康体操を一緒にいかがですか♪

- ・日時 12月1日(木)・8日(木)【全2回】 PM1:30~3:30
- ・場所 川俣公民館
- ・定員 20名(先着順)
- ・費用 無料
- ・講師 加藤 由美子氏
- ・用意する物 動きやすい服装・室内用運動靴・バスタオル(ヨガマット)・飲み物



申込み・問合せ TEL 562-0321
11月12日(土)から川俣公民館へお申込みください

押し花講座 受講生募集

色とりどりの押し花を飾り付けておしゃれなティッシュボックスを作ります

- ・日時 12月10日(土) PM1:00~3:30
- ・場所 川俣公民館
- ・定員 15名(先着順)
- ・費用 1500円
- ・講師 大澤 りうこ氏
- ・用意する物 はさみ・ピンセット

公民館に
見本があります

申込み・問合せ TEL 562-0321
11月5日(土)から費用を添えて川俣公民館へお申込みください

カラダにやさしいヘルシークッキング 受講生募集

- ・日時 12月8日(木) AM9:30~12:00
- ・定員 20名(先着順)
- ・場所 川俣公民館
- ・対象 川俣地区にお住まいの方(男性也大歓迎!!)
- ・内容 調理実習(三色シュウマイ・サラダ・呉汁)
- ・講師 羽生市食生活改善推進員
- ・用意する物 米1/2合(80g)・エプロン・三角きん・筆記用具



申込み・問合せ Tel 562-0321

川俣公民館へお申込みください ※締切 12月1日(木)まで

ニュースポーツ出前講座参加者募集

◆今年度は「パスラグビー」をおこないます◆

パスだけでトライする簡単で安全なラグビーです
どなたでもできるニュースポーツです
みなさんのご参加をお待ちしています!

健康に関する
お話もあるよ!

- ・日時 12月17日(土) AM9:30~11:30
- ・会場 川俣小学校体育館
- ・対象 子どもから大人までどなたでもOK!
- ・参加費 無料
- ・用意する物 体育館シューズ
- ・申込先 スポーツ推進委員、または羽生市体育館《Tel 563-0150》まで



~今後の講座開催予定~

- ・高血圧予防料理講座 1/19(木)
- ・ガーデニング講座 1月下旬

※詳細は12月号の公民館だよりで
お知らせします

11月の休館日のお知らせ

- | | |
|-------------|-----------|
| 1日・8日・15日 | } (通常休館日) |
| 22日・29日 | |
| 3日(文化の日) | |
| 23日(勤労感謝の日) | |

