

2023年3月

桜の便りが待ち遠しい季節となりました。
 令和4年度も残すところあとろわずかとなりました。
 地域の皆様方にご支援ご協力を賜りましたことを厚くお礼申し上げます。



MARCH

令和5年

ハマナス公民館だより

〒920-0268 内灘町ハマナス2-16-1 TEL286-1981

日 月 火 水 木 金 土

26	27	28	1 書道教室 空手教室	2 太極拳 珠算教室	3	4 モダンバレエ教室
5 8:00 ハマナス町会 防災訓練 10:30 子供会役員会	6	7 珠算教室	8 書道教室 空手教室 10:00いきいきサロン 「綾小路きみまろDVD 鑑賞と茶話会」	9 太極拳 珠算教室	10	11 モダンバレエ教室 10:00子供会 19:00新旧班長引継会
12 鍵当番は15班 長です。よろしく お願いします。 町会以外8:00~8:30 当番(13班14班15班)	13	14 バランスボール 珠算教室	15 書道教室 空手教室 主事会議9:30~午前不在	16 太極拳 珠算教室	17	18 モダンバレエ教室
19	20	21 春分の日	22 書道教室 空手教室	23 太極拳 珠算教室	24	25 モダンバレエ教室
26 10:00公民館会計監査	27	28 バランスボール 珠算教室	29 書道教室 空手教室	30 太極拳 珠算教室	31	1

ご来館の皆さまへお願い
 ・マスク着用をお越し下さい。・37.5度以上の発熱のある方、倦怠感のある方はご遠慮下さい。

[開館日]火~土曜日 9:00~17:00 ※グレー枠主事不在 ★休館日★日、月曜、祝日、年末年始(公民館主事は研修等で外出、または年休の為休館する場合があります。)

2月から体力メンテナンス協会講師によるバランスボールエクササイズを開催しております。身体をはずませる有酸素運動は、自律神経とホルモンのバランスを整え、脳も活性化し免疫力がアップします。毎月、第2第4火曜日の午前10時から11時まで行っております。見学や体験も可能です。お気軽にお越し下さい。