

松林分館の事業

福祉講座

心と体にやさしく！

ひらひら介護講座

心身に負担の少ない方法で楽しく、らくに介護をしませんか。

家庭や地域で体の不自由な方をサポートする際のちょっとしたコツを学びます。また、介護者の心のケアについて皆さんで考えていきます。

■日時 2月21日～3月21日の
毎週木曜日午後1時～3時
(全5回)

■場所 公民館松林分館

■対象 市内在住・在勤の方

■定員 先着15人

■講師 佐々木和仁氏（特別養護
老人ホーム第2サンシャイン
ビル副施設長）、牧野史子氏
(NPO法人介護者サポート
ネットワークセンター・アラ
シン理事長) ほか

■申込み 2月5日(火)
午前9時から

「松林分館の事業」のお申し込み、
問い合わせは、公民館松林分館
電話 552・3624へ。



上手な

「話し方・聴き方」

・「伝え方」 講座

コミュニケーション

スキルアップのために

人とのコミュニケーションの楽

しさ、話す・聴くことの大切さ、

どのような場面でも臆せず話せ

ることの気持ち良さなどを体験学

習をしながら学んでいきます。

■日時 2月20日・27日、

3月6日・13日全4回

毎週水曜日午後7時～9時

■場所 松林分館小集會室

■講師 佳山容子氏(リブ・サウ
ンスカンパニー代表)

■対象 市内在住、在勤の方

■定員 先着15人

■申込み 2月5日(火)

午前9時から



小さな鉢に大きな宇宙
「盆栽」を楽しもう！



写真
盆栽展示
だれでもなんでも展の

盆栽や鉢植えの見方と

手入れ方法

身近に忘れられていた鉢植えな

どがありませんか。良い手入れに

よって植物は生き返ります。

最終日には、好きな植物で鉢植

えを作ります。

■日時 2月27日、

3月6日・13日・27日の水曜日

午前10時～正午(全4回)

■場所 松林分館

■講師 細淵謙蔵氏(園芸研究家、
福生さつき愛好会会長)

■対象 市内在住、在勤の方

■定員 先着20人

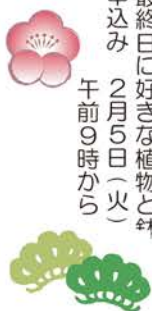
(4回とも参加できる方優先)

■持ち物 軍手、剪定はさみ、

最終日に好きな植物と鉢

■申込み 2月5日(火)

午前9時から



初心者俳句教室

「みんなて詠もう五・七・五」

「七音の世界を楽しみませんか。

俳句の決まりごとを学習し、みん

なで作った俳句を味わいます。

また、福生神明社境内で、作句

や芭蕉句碑をとおして福生の昔に

触れます。

■日時 2月22日、3月1日・

8日・15日・22日の金曜日

午前10時～正午(全5回) 3月

8日のみ午前10時～午後2時

■場所 松林分館大集會室、3月

8日(金)のみ福生神明社・

扶桑会館(現地集合)

■講師 沢田弥生氏

(燎同人、俳人協会会員)

■対象 市内在住、在勤の方

■定員 先着20人(5回とも参加

できる方優先)

■持ち物 筆記用具、(お持ちの方

は歳時記・国語辞典・電子辞書)

■申込み 2月5日(火)午前9時

から

新サークル紹介
松林チャリンクラブ



気軽にサイクリングを
楽しみながら安全な乗り
方、交通ルールを身に
付けることができましたら
と考えています。

自転車、サイクリング
に興味のある方、老若男
女を問わず現在、会員を
募集しています。

■活動日
毎月第3土曜日
午前10時～12時
■場所 松林分館
■連絡先 宮崎
電話 090・5563・
6235



松林分館の講座参加者の声

生きがいひろげに参加！

この事業は、60歳以上を対象に
した学習会を開催し毎年12月に
「人生うたい語りのつどい」でその
成果を市民会館小ホールで発表し
ます。

松林分館分では、「初心者手話ダ
ンス教室」と「飛び出すカード作
り入門講座」を開催しました。参
加者の方から感想を寄せていた
きました。

「初心者手話ダンス教室」

高橋力子

人生初の手話ダンス。3か月の
練習で舞台上に立たせていただき
ました。

初めは「ボケ」
防止のつもりで
と、思っていた
のですが、頭を
つかい、手をつ
かい、足をつか
い、歌も覚えな
ければいけない
し、でも何とか
やり遂げました。
練習1か月す
ぎたところから、
苦しみから楽し
みに変わってき
ました。舞台で
はメンバーとも
楽しくダンスを
やり遂げました。
これからも、い
ろんな事に挑
戦したいと思っ
ております。



舞台風景

「飛び出すカード作り

入門講座」に参加して

伊勢屋多津子

孫の誕生日に手作りカードが贈

れたらと参加しました。

5回コースが

判り易く、大変

楽しく脳、手指

の運動、そして

心の豊かさを体

験しました。

参加された方

々も感性豊かで

折り紙・切り絵

などカード作り

の参考になりました。

写真 ロビーに
展示しました。

