



西防災交流センター

☎854-1673 ☎854-6199



◀事業の詳細などは町ホームページをご確認ください

たまひよリトミック

親子で一緒に、手遊びやパネルシアターなど、いろいろな遊びを楽しみましょう。
①運動会をしよう ②栗ひろいをしよう
時①10月13日(火)・②10月27日(火)
たまごクラス10:00～、ひよこクラス11:00～
対末就園児親子…たまごクラス(1歳前後)
ひよこクラス(2歳前後)
¥100円(初回のみ400円) 持運動のできる服装と靴(親子とも) 講大竹美枝子
申電話または直接事務室へ(定員になり次第締切)

筆遊び書き方教室

実生活で役立つ小筆の書。今回は色紙や料紙に練習した短歌や俳句を書いてみましょう。
時10月13日(火) 13:30～15:30 ¥100円
持書道道具一式 定20人 講大地京子
申電話または直接事務室へ(定員になり次第締切)

スマホ講座【基本編】

スマホを活用し、もっと楽しく便利な生活を！
時10月19日(月) 13:30～15:30 対どなたでも
¥100円 持筆記用具 定20人 講ソフトバンク
申電話または直接事務室へ(定員になり次第締切)



東防災交流センター

☎854-4138 ☎854-3389



◀事業の詳細などは町ホームページをご確認ください

元気力アップ ストレッチ体操教室

時10月19日(月)、11月2日(月) 13:30～15:00
10月5日(月)に参加の場合、10月19日(月)の参加はご遠慮ください。
¥100円/回 持運動靴、運動のできる服装、タオル、飲み物 定15人/回 講大野都弥子
申電話または直接事務室へ(定員になり次第締切)

中華ちまきを作しましょう

一緒に中華ちまき、杏仁豆腐を作しましょう。
時10月20日(火) 9:30～12:00
¥900円(材料費込み)
持エプロン、ふきん、持ち帰り容器(複数個)
定15人 講桐木みね子
締10月15日(木)までにお支払いください
申電話または直接事務室へ(定員になり次第締切)

ピラティスではじめる「美活」

時10月26日(月) 10:00～11:30
¥100円 持運動のできる服装、タオル、飲み物、ヨガマット 定15人 講畠山真由美
申電話または直接事務室へ(定員になり次第締切)

大人のテーブルマナー講座

時10月27日(火) 11:00～13:00 ¥3,100円
定20人 集合場所洋食 だいにんぐなかむら
締10月20日(火)までにお支払いください
申電話または直接事務室へ(定員になり次第締切)

絵本のひろば

絵本のひろばもハロウィーン！
魔法使いやこもりが、きみをまっているよ、カボチャのランタンを目じるしにきてみてね。
時10月24日(土) 12:00～13:00
対幼児～小学生
講読み聞かせボランティア 子ぐま絵本の会

シルバーカレッジ

秋の体操～ハッピーストレッチ～
時10月26日(月) 13:30～15:00
対どなたでも
¥無料
持フェイスタオル、動ける服装・靴、飲み物
定50人
講健康運動指導士・介護予防運動指導士 大野都弥子
申電話または直接事務室へ(定員になり次第締切)

本deお茶会

きいろいタクシー わたなべしげお 福音館書店
時11月7日(土) 13:00～14:30
対どなたでも
¥無料
講読み聞かせボランティア 子ぐま絵本の会

大人のためのボディメンテナンス

インナーから無理なく整えるやさしいストレッチ＆ピラティスです。
時10月27日(火) 19:00～20:30 ¥100円
持運動のできる服装、タオル、飲み物、ヨガマット
定20人 講貞永真里子
申電話または直接事務室へ(定員になり次第締切)

遊び心習字教室

時11月4日(水) 13:30～15:30 ¥100円 定14人
持習字道具一式、雑巾、新聞紙 講堀野真理子
申電話または直接事務室へ(定員になり次第締切)

パソコンExcel講座

第3回 万年カレンダーを作ろう
関数を使って、万年カレンダーを作しましょう。
時11月9日(月) 10:00～12:00
対キーボード入力可能な人 ¥200円(材料費込み)
持パソコン 定15人 講中本一郎
申電話または直接事務室へ(定員になり次第締切)

～町内ハイキング～土岐の城

土岐の城へ皆さん一緒に歩いて、熊野の豊かな自然とその美しさを再発見しましょう。
時11月11日(水) 9:30～15:00(雨天中止)
¥100円 持タオル、飲み物、弁当、敷物
定15人 講久保貞子 締11月4日(水)まで
申電話または直接事務室へ(定員になり次第締切)



町公民館

☎854-3111 ☎820-5820



◀事業の詳細などは町ホームページをご確認ください

夜のフィットネス講座(全講座19:00～20:30)

①STRONG NATION
パンチやスクワットなどを取り入れ、全身を鍛える音楽連動型エクササイズ。
時10月20日(火) ¥100円 講古本賢太郎
②3B体操
音楽に合わせて体を動かし、無理なく筋力アップを目指します。
時10月21日(水) ¥200円(用具レンタル料込)
講3B体操公認指導者
【①②共通事項】
定各25人 持運動できる服装と靴、タオル、飲み物、ヨガマット(あれば)
申電話または直接事務室へ(定員になり次第締切)②は10月19日(月)締切

四季の料理教室

秋の味覚、旬の食材を使った料理を作りましょう。
時10月22日(木) 9:30～12:30
¥700円(材料費込み)
持エプロン、ふきん、米(0.5合) 定20人
講桐木みね子 締10月19日(月)まで
申電話または直接事務室へ(定員になり次第締切)

パソコンサポート教室

やりたいことを一緒に解決する初心者向けの講座です。
時10月27日(火) 9:30～11:30
¥100円
持パソコン
定5人
講津森美枝
申電話または直接事務室へ(定員になり次第締切)

心を伝える からくりカレンダーづくり

2枚の色紙を合わせて、令和9年のからくりカレンダーをつくりましょう。
時10月30日(金)・11月6日(金)
10:00～12:00 ※全2回講座
¥400円
持小筆、顔彩、書きたいもの
定20人
講山城恵美子
申電話または直接事務室へ(定員になり次第締切)



図書館だより

☎855-6710 ☎855-6711



◀図書館ホームページはこちら



おはなし会

絵本の読み聞かせや紙芝居などを行います。

時10月17日(土)、11月7日(土) 15:30～16:00
講読み聞かせボランティア 子ぐま絵本の会、図書館職員

0～3歳のおはなし会

絵本の読み聞かせや手遊び、ふれあい遊びなどを行います。

時10月28日(水) 11:00～11:30
講読み聞かせボランティア めだか絵本の会、図書館職員

10							11						
2026							2026						
日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3	1	2	3	4	5	6	7
							8	9	10	11	12	13	14
							15	16	17	18	19	20	21
							22	23	24	25	26	27	28
							29	30					

開10:00～18:00(休館日です)

家庭読書「くまどく」
読書に親しみ、読書の幅を広げ、習慣化することで、くまどくおよび家族団らんを通して絆を深めましょう。

10月のテーマ展示

おとな「秋を楽しむ」
芸術の秋、食欲の秋、行事の秋…
いろいろな秋を楽しみましょう。

こども「あき、み～つけた！」
あつい日もあるけど
あきがきてるよ。

ゼロの日運動
0のつく日(10・20・30日)はテレビゲームやスマホは控え、くまどくおよび家族団らんを通して絆を深めましょう。