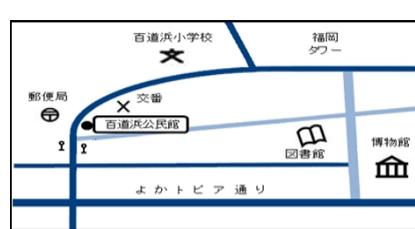


12月百道浜公民館だより

<https://www.facebook.com/momochihamakouminkan/>



要申込 第5回ジェロントロジー講座

分子栄養学って何？ 薬だけに頼らない 心と体の整え方

原因不明の体調不良。実は…

- 内科医による栄養についての勉強会
- テーマ1) 体調不良を改善しよう
 - テーマ2) 足りない栄養素を知ろう
 - テーマ3) 血液検査で細胞を覗き見よう

12/9 (土) 10:00~11:30
講堂

定員:先着順50名

参加費無料

【講師紹介】

医師 橋本 知子氏

- 臨床分子栄養医学 認定指導医
- 高濃度ビタミンC点滴療法認定医
- 百道浜在住

12月 22日(金) 16:00公民館前集合
~17:30 "解散

防寒対策をして、みんなで楽しく歩きましょう

ノルディック
ウォーキング

定員20名。雨天中止。
参加費無料。

ポール貸出無料。
どなたでも参加できます。

主催: 校区衛生連合会

皆さんに感謝です！第23回公民館文化祭終了！

11月18日、19日の2日間にわたり開催しました第23回公民館文化祭が盛り上がりを見せながら無事に終了しました。日頃のサークル活動の成果を精一杯発揮して頂いた会員の皆様に感謝です。また、百道浜小学校はじめ、百道浜校区自治協議会、地域団体、シーサイドクラブ、もち福祉プラザ、西南学院大学の皆さん、そして校区の皆様方のご協力に感謝致します。百道浜らしい文化を楽しみ、人との交流を楽しむことが出来た文化祭、文化祭に関わって頂いた沢山の方の力の大きさ、日頃からの関わりのおおきさを感じた文化祭でした。百道浜サークル連絡協議会役員の皆様のご尽力、本当にありがとうございました。令和5年11月25日百道浜公民館 館長 山田 保彦

要申込

第5回乳幼児ふれあい教室

楽しいクリスマス会

12月6日(水) 15:30~17:00 公民館講堂

かもめ文庫による人間劇『お
おきなかぶ』

ハンドベル演奏
『クリスマスメドレー』

申込: 若干名空きがございます。
対象: 乳幼児先着30名とその保護者(校区の方優先)
兄弟児の幼稚園児も可

参加費無料

主催: 公民館 共催: かもめ文庫

地域包括ケア

百道浜いきいきカフェ

日時: 12月1日(金)・15日(金) 13:30~16:00

場所: 百道浜公民館 児童等集会室

両日: 15:00 ~ 介護福祉士倉科先生による脳トレ&健康体操

主催: 百道浜社会福祉協議会、民生・児童委員、公民館

~百道浜校区人権尊重推進協議会~

第15回人権標語

「ひとりじゃないよ みんなで支える 百道浜」 東 理恵
「ありがとうは なかよくなる 第一歩」 佐藤 由依
「癒されて 人の温もり 我が事に」 川下 照雄
「優しさは みんなを幸せにする ワクチンだよ」 梶山 美知子

百道浜校区人権尊重推進協議会

人権標語募集



自分の思いを標語に託そう!

期日: 12月1日(金)~22日(金)
対象: 百道浜校区住民・小学生
形式: 5.7.5...でなくても良く、自由な形で応募下さい。
(氏名・住所・電話番号もご記入ください。)
応募先: 公民館(持参またはFAX)

※用紙は自由です。公民館にも置いてあります。
※入選作品は、公民館だよりに1年間順次掲載致します。
※個人情報、利用目的以外に使用しません。

子どもの笑顔が輝く公民館に!! あそびにきてね
校区在住の小学生・中学生対象

はまっ子くらぶ

12月9日・23日(土)
13:00~15:00



※兄弟児で未就学のお子さまには必ず保護者の付き添いをお願いします。未就学児のみの参加はできません。ご了承ください。



Instagram始めました。
フォローしてね。

「@momochihamakouminkan 百道浜公民館」

公民館休館日

12月28日(木)~1月4日(木) [年末年始休館を含む]