



健康づくり教室<コンディショニング>
4/13(木)
筋肉の緊張をほぐすことでリンパの流れが促され、関節が軽くなめらかに動かせるようになったことを実感できました。

先月の講座風景



健康づくり教室<ウォーキング>
4/19(水)
山の新緑がモコモコしているのを見て、ウキウキしながら歩きました♪



健康づくり教室<バウンドテニス>
4/17(月)
今回は基礎的な練習でボールコントロールがかなり上達しました!

ハンドメイド教室 <うさぎの編みぐるみ> 4/20(木)



可愛いうさぎの完成が待ち遠しい♪

福島図書館より

★ロビーにて除籍本を1人10冊まで無料配布しています★



5月の休館日
1日(月) 8日(月) 11日(木)
15日(月) 22日(月) 25日(木)
29日(月)
移動図書館車きらきら号の巡回日
18日(木)



福島町の人口 (令和5年3月末日現在)

人口：2344(-8)
男性：1137(-1)
女性：1207(-7)
世帯：1019(-5)
※増減は先月比



今月の主催講座

ハンドメイド教室

<うさぎの編みぐるみ>

日時：5月 1日 (月)

11日 (木)

13:30~15:30

場所：福島公民館 第1会議室

講師：公民館職員

材料費：実費 (目玉に使用するボタン代)

持参するもの：毛糸 手芸わた 刺しゅう糸

リボン かぎ針 とじ針 刺しゅう針 はさみ

4月からの継続で申し込みは締め切っています



健康づくり教室

<ウォーキング>

日時：毎週水曜日 (3日を除く)

9:30~11:00

集合場所：福島公民館 ロビー

持参するもの：帽子 タオル 飲み物

※動きやすい服装・靴で参加してください

参加者随時募集中



<ゆるトレ>

日時：5月8日 (月)

13:30~15:00

場所：福島公民館 第1・2会議室

講師：公民館職員

持参するもの：ヨガマット 飲み物

タオル2本 (コンディショニング用・汗拭き用)

バランスディスク (持っている人)

※動きやすい服装で参加してください

参加者随時募集中



<バウンドテニス>

日時：5月15日 (月)

13:30~15:30

場所：福島武道館

講師：公民館職員

持参するもの：タオル 飲み物 体育館シューズ

※運動ができる服装で参加してください

参加者随時募集中



料理教室

<チーズケーキ>

日時：5月26日 (金)

13:30~15:30

場所：福島公民館 調理実習室

講師：御厨公民館 辻由美副館長

定員：8名

材料費：550円程度

持参するもの：エプロン 頭巾 マスク

申込締切：5月19日 (金)



幼児教室

日時：5月29日 (月)

9:30~11:00

場所：福島保健センター

内容：簡単な工作、絵本の読み聞かせなど

※乳幼児相談と合わせて開催しています

申込不要・参加自由



福島フレイパーク (共催事業)

今月はお休みです



各講座の申込・問合せは月~金 (祝日を除く) の8:30~17:15に福島公民館 (☎ 47-2006) まで

※松浦市内の各市立公民館主催講座等の案内は「市報まつうら」に掲載しています

来月の参加者募集案内

高齢者教室

<体力測定>

日時：6月5日 (月)

10:00~12:00

場所：福島体育館

講師：松浦市スポーツ推進委員

松浦市生涯学習課職員

持参するもの：体育館シューズ タオル 飲み物

めがね (問診票記入のため)

申込は各単老会長まで



ハンドメイド教室

<サコッシュ>

日時：6月8日 (木)・22日 (木)

13:30~15:30

場所：福島公民館 講座室

講師：渡邊由紀さん

定員：8名

材料費：800円程度

持参するもの：裁縫道具 ミシン

申込締切：5月26日 (金)

