

学びの絆で地域力を高める

市内の生涯学習施設やそこを拠点に活動する団体などを紹介する生涯学習情報の第33弾。
 今月は3つの生涯学習施設の活動を紹介します。

No.33

野々市公民館

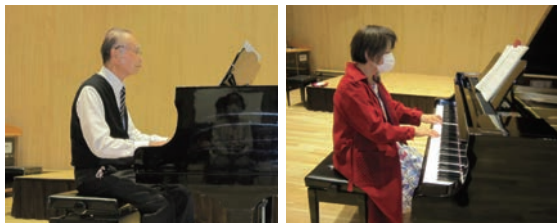
（にぎわいの里のいちカミーン内）
 本町二丁目1番20号
 ☎248-0521

ピアノサークル

ピアノサークルは27年間活動を続けています。現在会員は11人。高齢化が進み、脳トレピアノになりつつありますが、皆さん、元気で活力に満ちています。

クラシックやポピュラーなど、自分好みの曲を自宅で練習し、活動時に先生に見てもらいます。発表会が近づくとも必死で練習します。終わった後は達成感もあります。そして、何より音楽は生活を楽しく豊かにしてくれます。

皆さんの気楽な参加を待っています！



活動日
 毎月第2・4
 水・木曜日
 9:00～13:00

富奥公民館

中林五丁目3番地22
 ☎248-0829

フラダンスサークル「プア・ケニゲニ」ハワイの風を感じて

フラは曲に合わせて足でステップを踏み、ハンドモーションで物語を紡ぐ踊りです。健康的なエクササイズで、心身の開放と癒やし、ダイエット効果も期待できるかも…。現在、10月29日(土)、30日(日)の「のいちマナビフェスタ」に向け、最後の仕上げの真っ最中です。曲に合わせたドレス・レイ・髪飾りをみんなで相談しながら決め、とても華やかになります。メンバーそれぞれの得意分野に助けられながら活動しているの、人と人とのつながりの大切さを実感します。地域の皆さん、ぜひ「のいちマナビフェスタ」に登場し、いろんなサークルの活動を見てください。フラダンスに興味のある人、見学・体験、大歓迎です。気軽に来てください。



活動日 毎週木曜日13:30～15:30
 代 表 岡田

女性センター

稻荷四丁目155番地
 ☎246-0810

エッグヨガサークル ヨガで心も体も軽やかに

玉子形をしたブロックを使っているヨガです。安全かつ効果的にリラックスでき、柔軟性も高めます。ブロックを肩甲骨の間に挟んで寝ると気持ち良く胸が広がり、猫背予防に。また、お尻の下に入れて座ることで、腰骨を伸ばし背骨に自然なカーブを作ります。美しい姿勢と呼吸を取り戻し、心も整えていきます。週に一回、体を動かかしリフレッシュしましょう。ぜひ一度、新しいヨガを体験しませんか。



活動日 毎週火曜日
 10:00～11:30
 講 師 中山
 代 表 海野

公民館・女性センターサークル会員募集中！

各館で活動するサークルは、随時会員を募集しています。どんなサークルがあるのかは、市ホームページをチェック→

