

次の事業を実施しました

高岡市公民館フェスタ

2月3日(土)

ウイングウイング高岡での展示会場に、当公民館サークル「絵手紙教室」の生徒さんに作品を出展していただきました。フェスタでは各公民館のサークルの皆さんによるステージ発表、作品展示、活動報告のコーナーなどで賑わっていました。来年はぜひ見に来てください。



第3回寿学級

2月22日(木)

「認知症と介護予防について」
高陵・下関地域包括支援センターから講師をお招きし、元気でいたい、家での生活を続けたいと願うならフレイル予防をすること。栄養を摂る、運動をする、人とのつながりを持つことが大切だと教わりました。公民館に足を運ぶだけでも元気になれますよ(*^^*)



地域だより

国宝瑞龍寺 春のライトアップと門前市

令和6年4月29日(月)
～5月1日(水)
午後7時～午後9時30分

当日券 800円
(前売券 500円)

プロジェクションマッピング2024
「龍が導く未来の道」



第65回八丁道おもしろ市

令和6年5月19日(日)
午前8時～午後2時(雨天決行)

国宝瑞龍寺前
八丁道参道で開市



ヘルスボランティア募集

【活動内容】

- ❖ 地域における健康づくり推進活動
- ❖ 市が主催する健康づくり事業やイベントへの協力・運動指導
- ❖ 健康増進に関する正しい知識を習得するための学習会への参加

興味のある方は下関地域交流センター
(下関公民館)へ問い合わせください



地域交流センター玄関前の花、今年も
綺麗に咲いています。

令和6年度 筋力アップ教室



下関地域交流センター(下関公民館)2階ホール

第2金曜日 第3木曜日 10時～11時

理事 志村 芙美江

2024年4月						
日	月	火	水	木	金	土
	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				

2024年5月						
日	月	火	水	木	金	土
	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	31	

2024年6月						
日	月	火	水	木	金	土
						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						

2024年7月						
日	月	火	水	木	金	土
	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	31			

2024年8月						
日	月	火	水	木	金	土
				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	31

2024年9月						
日	月	火	水	木	金	土
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					

2024年10月						
日	月	火	水	木	金	土
			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	31	

2024年11月						
日	月	火	水	木	金	土
					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

2024年12月						
日	月	火	水	木	金	土
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	31				

2025年1月						
日	月	火	水	木	金	土
			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	31	

2025年2月						
日	月	火	水	木	金	土
						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	

2025年3月						
日	月	火	水	木	金	土
						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	31					

※飲み物(お茶)・タオル・室内履き(シューズ)をご用意ください

老若男女問いません。気軽に来てください。

問い合わせは下関地域交流センター(下関公民館)へ。

