

峰山地域公民館からのお知らせ

No. 182 平成 26 年 9 月 10 日号 峰山地域公民館発行 【お問い合わせ先 ☎69-0661】

子どもエアロビクス「キッズエアロClub」のご案内～リズムにのって体を動かそう

流行を取り入れた音楽でエアロビクスを楽しみます。マット運動、ボール、そしてダンスなど盛りだくさん。子どもたちの可能性を広げるとともに、基礎体力のUPと心の発達を促します。

◎日程 ・講座:10月7日(火)～平成27年3月17日(火)毎週火曜日
・発表会:3月28日(土)、3月29日(日)のどちらか(予定)

◎時間 Aコース(前半)17:00～18:00、Bコース(後半)18:15～19:15

◎場所 峰山地域公民館 大会議室

◎対象 峰山町と大宮町に在住の年中・年長・小学1・2年生の幼児及び児童

◎講師 中西香里さん(キッズ・ジュニアエアロビクス指導員) ◎定員 各コース14人(最少催行人数10人)

◎受講料 10,000円程度(人数及び回数により変更する場合があります。)

◎申し込み **9月25日(木)までに**電話で峰山地域公民館(Tel69-0661)、または大宮地域公民館(Tel69-0662)へお申し込みください。希望のコースが定員を超えた場合は抽選となりますので、第1希望、第2希望がある場合は、お知らせください。



エアロビクスサークル受講生募集のご案内～楽しみながら体力アップ!!～

「エアロビクスサークル」では10月より新たに受講生を募集します。

	エアロスター	にこにこエアロ	フローラ
活動日時	毎週水曜日 20:00～21:00	毎週金曜日 9:30～10:40	毎週金曜日 20:00～21:10
場所	峰山地域公民館他	峰山地域公民館他	峰山織物センター他
定員	30人	30人	25人
活動期間	10/8～3月末(全20回)	10/3～3月末(全20回)	10/3～3月末(全24回)
会費(予定)	8,000円(20回)	8,000円(20回) ボール代1,300円(税込)	9,600円(24回) ボール代1,300円(税込)
集金方法	全額一括		
内容	・有酸素運動で脂肪を燃焼し、ストレッチで1日の疲れを解消します。 ・「にこにこエアロ」と「フローラ」では、エアロビクスとジムボール(小)を使った筋力アップトレーニングを行い、身体を引き締めます。		

◎講師:中西香里さん(エアロビクス・インストラクター)

◎対象:市内在住・在勤の成人(原則として)

◎申込方法:ハガキに、①住所 ②氏名 ③年齢 ④電話番号 ⑤希望コース ⑥外れた場合の希望コースを明記の上、以下へお申し込みください。

◎申込先:『〒627-0012 京丹後市峰山町杉谷1030 峰山地域公民館エアロビクス係』

◎申込期限:**9月20日(土)(当日消印有効)** ◎結果通知:申込者全員へハガキにより通知します。

◎その他:ご希望コース1つにつきお一人様1通でお申し込みください。

・定員を超える申し込みがあった場合は抽選とし、ご希望にそえない場合は他のコースを斡旋しますので、斡旋希望を必ずご記入ください。

・電話での申し込みは受け付けません。

第10回京丹後市総合体育大会が開催されました!

去る9月7日(日)丹後のオリンピックと呼ばれる京丹後市総合体育大会が開催され、峰山が4連覇を達成しました。総合成績は次のとおりです。

第1位…峰山、第2位…大宮、第3位…久美浜、第4位…網野、第5位…丹後、第6位…弥栄

公民館グループ『お家でパン屋さんⅡ』

初心者を対象にしたパン教室『お家でパン屋さんⅡ』。初めてでも手軽にできる秋にぴったりのパンの作り方を学び、ご家庭でも作ってみませんか？

◎日程 10月1日、10月15日、10月29日、11月19日 水曜日 全4回

◎時間 10:00～14:00（試食時間含む）◎場所 峰山地域公民館 料理実習室

◎主なメニュー グラタンパン、ベーグル、ホットドッグパン ほか

◎講師 松本美香さん（網野町在住）

◎参加費 各回1,600円（受講料600円・材料費1,000円）の計6,400円（※一括前払い制として、欠席された場合でも返金は出来ません。また人数により金額を変更する場合があります。）

◎対象 市内在住・在勤の成人のかた

◎定員 12人（最少催行人数10人、申し込み多数の場合は抽選します）

◎申込方法 9月22日（月）（当日消印有効）までに、電話またはハガキに①住所②氏名③電話番号を明記の上、下記までお申し込みください。

◎申込み・問合せ先

〒627-0012 京丹後市峰山町杉谷1030 峰山地域公民館「パン講座」係（Tel.69-0661）

◎結果通知 申込者全員へハガキにより通知いたします。



公民館グループ『お菓子職人～洋菓子編』

初心者を対象にしたお菓子教室『お菓子職人』を開設します。

これからの時期にぴったりのチョコレートを使ったお菓子を作ります。初めての方、大歓迎！

◎日程 10月24日、11月14日、12月5日 金曜日 全3回

◎時間 19:15～21:30（試食時間含む）◎場所 峰山地域公民館 料理実習室

◎主なメニュー チョコレートタルト、ガトーショコラ、チョコムース ほか

◎講師 田中利枝さん（峰山町在住）

◎参加費 各回1,600円（受講料600円・材料費1,000円）の計4,800円（※一括前払い制として、欠席された場合でも返金は出来ません。また人数により金額を変更する場合があります。）

◎対象 市内在住・在勤の成人のかた

◎定員 12人（最少催行人数10人、申し込み多数の場合は抽選します）

◎申込方法 9月30日（火）（当日消印有効）までに、電話またはハガキに①住所②氏名③電話番号を明記の上、下記までお申し込みください。

◎申込み・問合せ先

〒627-0012 京丹後市峰山町杉谷1030 峰山地域公民館「お菓子職人」係（Tel.69-0661）

◎結果通知 申込者全員へハガキにより通知いたします。



高齢者大学
峰山学園

暑いけど、まだまだ暑いけど頑張っています!! 高齢者大学峰山学園 今月の趣味講座の予定(9/11～10/10)

歌謡講座 16日、10月7日 民謡講座 17日、10月1日 俳句講座 18日
陶芸講座 17日、10月1日 写真講座 26日、10月10日 ちぎり絵講座 10月3日
書道講座 30日 絵画講座 22日、10月6日 コース講座 24日、10月8日

峰山学園 8月のアルバム

8月19日 <<趣味講座>> 歌謡講座館外学習（発表会）

いつもの峰山地域公民館大会議室を飛び出して大宮町のカラオケスタジオで発表会をしました。得意な歌を上手・下手は関係なくみんなそれぞれ3曲を熱唱しました。

12月には下期の発表会を予定しています。カラオケ好き大歓迎。受講生募集中です。



峰山学園からのお知らせ

【11月市外研修について】

「紅葉の永観堂・侘び寂びの銀閣寺等秋の京都巡り」

日程：11月27日（木） 行先：銀閣寺・哲学の道・永観堂・水路閣（南禅寺）

今年の市外研修は紅葉の京都を散策します。募集方法等詳しくは「峰山地域公民館からのお知らせ（10月10日号）」でご案内します。

健康ボウリング講座 26年度第2期生を募集します。申込締切9月24日（水）

今年5月に開講し、6回の全日程が終了した「健康ボウリング講座」の第2期生を募集します。

初回講座は、9月29日（月）以降、毎月第1、第3月曜日午後1時30分～ 会場 プラザピア峰山
受講料は不要です。（別途ゲーム代が必要）【お申込み・お問い合わせ】峰山地域公民館 ☎69-0661

