

天白だより 1月号

第3回健康講座

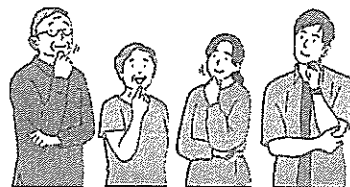
【健康福祉部】

天白まちづくり協議会主催 天白地区自治部会共催

～心を軽くする介護方法を学ぼう～

日 時 令和4年2月3日(木) 10:00～11:30
場 所 天白公民館 研修室2.3
対 象 天白地区の方
定 員 先着20名
講 師 松阪市第二地域包括支援センター職員
参 加 費 無料
申 込 1月4日(火) 8:30～ (電話申込可 ☎56-7920)

ホッとからだがあったまる
ちょっぴりプレゼントがあります



天白ふれあいフェスタ

【公民館部】

天白まちづくり協議会主催 天白地区自治部会共催

スポーツボッチャ大会

日 時 令和4年2月5日(土) 9:30～11:30
場 所 天白公民館 研修室1
対 象 天白地区の方
定 員 先着12名
3人1チームでの申し込み可
参加費 無料 賞品・参加賞あります！
講 師 うれしのスポーツクラブAFLEC職員 小畑 真里さん
申 込 1月4日(火) 8:30～

*1月22日(土) 10:00～11:30体験会があります
是非ご参加ください！

腕輪 お急珠作り

日 時 令和4年2月5日(土) 13:30～15:00
場 所 天白公民館 研修室1
対 象 天白地区の方
定 員 先着20名
参加費 500円
講 師 ぶつえいどう 野呂 彩乃さん
申 込 1月4日(火) 8:30～

腕輪急珠は魔除け・厄除けのお守りとして親しまれている身近な仏具です。

～展示作品の募集～

展示期間 令和4年2月4日(金) 9:00～17:00 ～ 令和4年2月5日(土) 9:00～16:00

展示場所 天白公民館

応募資格 個人でも団体でも大歓迎！お気軽にお問い合わせください

出 展 料 無料

申 込 天白公民館まで (電話申込可 ☎56-7920)

申込締切 令和4年1月29日(土) 17:00

そ の 他 搬入日 2月 3日(木) 15:00～17:00

搬出日 2月 5日(土) 16:00～17:00

作品の搬入・搬出は出展者自身でお願いします

スペースやパネルに限りがあります、展示場所を指定させていただきますのでご了承ください

子どもの作品も
大歓迎！



参加賞もあり
ますよ！！

天白まちづくり協議会 天白公民館

令和4年1月1日発行
三雲・天白公民館
松阪市曾原町872
(日曜、月曜、祝日休館)
TEL 56-7920

12月の健康料理教室の報告

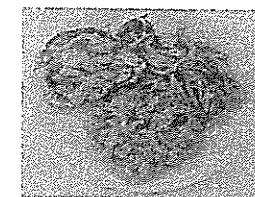
【公民館部】

天白まちづくり協議会主催 天白自治部会共催

12月8日(水)の健康料理教室の参加者は18名で
楽しく行いました。

なお、次回は1月12日(水)を予定しております。

《メニュー》
トマトたこ飯・圧力鍋で
棒々鶏・おから入りポテト
サラダ・紅白なます

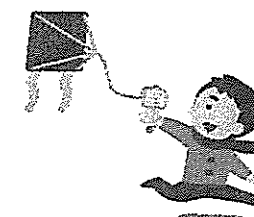


ふれあいたこ揚げ大会

【公民館部】

天白まちづくり協議会主催 天白自治部会共催

日 時 令和4年1月8日(土) 9:00～11:30 雨天順延(雨天時の場合は8:00に防災無線にて放送します)
場 所 ハートフルみくも玄関ホール・東駐車場
対 象 天白地区の方(未就学児は保護者同伴のこと)
定 員 先着50名 *本年度、大人の部は行いません。
講 師 坂井田 茂さん(たこ博士)
参 加 費 無料(参加賞、その他賞やふるまいがあります)
持 ち 物 自作のたこ、マスク
申 込 1月7日(金) 17:00まで(電話申込可 ☎56-7920)



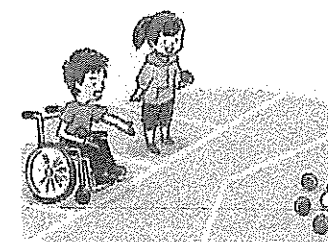
スポーツボッチャ体験会

【天白まちづくり協議会・天白公民館共催】

ヨーロッパ生まれのパラリンピックの正式種目です。

日 時 令和4年1月22日(土) 10:00～11:30
場 所 天白公民館研修室1
対 象 天白地区の方
定 員 先着12名程度
講 師 小畑 真里さん(うれしのスポーツクラブAFLEC職員)
参 加 費 無料(参加賞があります)
持 ち 物 マスク、飲み物
申 込 1月4日(火) 8:30～ (電話申込可 ☎56-7920)

2/5(土)にボッチャ
大会を行います



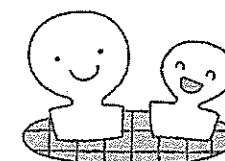
田舎あられ作り

【公民館部】

天白まちづくり協議会主催 天白自治部会共催

みんなで楽しくお餅をついて田舎あられを作しましょう

日 時 令和4年1月26日(水) 9:00～12:00
お 渡 し 日 1月28日(金) 14:00～大切にしてお渡しますのでお家で切って乾燥させてください
場 所 天白公民館調理実習室、研修室3
対 象 天白地区の方
定 員 先着20名
参 加 費 500円
持 ち 物 エプロン、三角巾、マスク
申 込 1月4日(火) 8:30～1月15日(土) 17:00 (電話申込可 ☎56-7920)



第5回親子教室「ミニわらぼうき作り」【公民館部】

天白まちづくり協議会主催 天白自治部会共催

稲わらで手のひらサイズのぼうきを作しましょう。

日時 令和4年1月29日(土)9:30~11:30

場所 天白公民館研修室1

対象 天白地区の小学生とその保護者

定員 参加費無料(先着8組)

申込 1月4日(火)8:30~1月20日(木)17:00 (電話申込可 密56-7920)

スポーツウェルネス吹矢体験会

天白公民館【SW吹矢シリウス】

日時 令和4年1月18日(火)、19日(水)

2月15日(火)、16日(水)

3月15日(火)、16日(水)

9:30~11:30

定員 各回15名

(全回体験でも1回の体験でも可)

参加費 無料
(マウスピース代100円)

場所 天白公民館 研修室1

対象 松阪市在住・在勤の方

講師 谷口雅春さん、浅沼 直美さん

持ち物 動きやすい服装、マスク、飲み物

申込 1月4日(火)8:30~ (電話申込可 密56-7920)

インターネット入門教室「スマホ決済教室」

【松阪市商工政策課】

日時 令和4年1月18日(火)14:00~15:30

定員 先着15名(参加費 無料)

場所 天白公民館研修室2・3

講師 ソフトバンク株式会社スマホアドバイザー

申込 1月4日(火)8:30~1月11日(火)17:00まで (電話申込可、商工政策課 密53-4361)

手作り教室「みそ作り」

天白公民館【生涯学習事業】

簡単・美味・安心のみそ作りで、混ぜるだけなので初めての方でも失敗なしです。

仕込みから3ヶ月で(5月頃に)美味しい5kgの米こうじみそが出来上がります。

日時 2月1日(火)9:30~10:30 先着10名

10:40~11:40 先着10名

場所 天白公民館調理実習室

対象 松阪市在住・在勤の方

材料費 3,100円/一口(何口でも可)

持ち物 材料をまぜるためのボウル、エプロン、三角巾、マスク

申込 1月4日(火)8:30~1月20日(木)17:00まで(材料手配の都合上)(電話申込可 密56-7920)

健康講座「ラジオ体操(松阪版)」

天白公民館【生涯学習事業】

日時 令和4年2月4日(金)9:15~9:45

場所 天白公民館研修室1

対象 松阪市在住・在勤の方

定員 先着15名

申込 1月4日(火)8:30~ (電話申込可 密56-7920)

プチ占い講座「誕生日の暗号」

三雲公民館【生涯学習事業】

『誕生日』から今年の貴方の運氣、性格、能力、相性、ラッキーカラーが導き出せます。

日時 1月13日(木)13:30~15:30

1月14日(金)13:30~15:00

定員 両日とも先着10名

参加費 無料

場所 三雲公民館 研修室2・3

対象 松阪市在住・在勤の方

講師 新島 あゆみさん

持ち物 電卓、筆記用具、マスク着用

申込 1月4日(火)8:30~ (電話申込可 密56-7920)

《1月の公民館》

日	月	火	水	木	金	土
						1(祝)
						元旦
2	3	4	5	6	7	8
休館日	休館日	SW吹矢シリウス 楽しい卓球 三雲絵画サークル	SW吹矢シリウス 筆ペンで美文字 健康麻雀	楽しい卓球 三雲俳句会	ラジオ体操 ヨガ Kid's English123年 フォトみくも	ふれあいたこ揚げ大会 三雲囲碁クラブ 岳風会 Let's English 健康麻雀 絵手紙サークル 親業に親しむ会
9	10	11	12	13	14	15
休館日	成人の日 休館日	SW吹矢シリウス コリトリ体操 楽しい卓球 三雲絵画サークル	SW吹矢シリウス 健康料理 元気アップ体操 健康麻雀	楽しい卓球 趣味の会七宝焼 七宝焼 プチ占い	太極拳 プチ占い ヨガ 手話サークルはまぼう	まち協会議 三雲囲碁クラブ 健康麻雀
16	17	18	19	20	21	22
休館日	休館日	SW吹矢シリウス SW吹矢シリウス体験会 陶芸教室 天白松寿会 楽しい卓球 スマホ決済教室 三雲絵画サークル	SW吹矢シリウス SW吹矢シリウス体験会 筆ペンで美文字 旬の菜園 健康麻雀	楽しい卓球	手作りおやつ ヨガ Kid's English123年	スポーツボッチャ体験会 三雲囲碁クラブ 岳風会 Let's English 健康麻雀 伊勢型紙
23/30	24/31	25	26	27	28	29
休館日	休館日	SW吹矢シリウス コリトリ体操 楽しい卓球 三雲絵画サークル	SW吹矢シリウス あられ作り 元気アップ体操 健康麻雀	楽しい卓球 趣味の会七宝焼 七宝焼	太極拳 ひらめき教室 手話サークルはまぼう	ミニわらぼうき作り 三雲囲碁クラブ 岳風会 健康麻雀

《1月の公民館講座》

健康料理教室	1月12日(水)	午前の部 9:30~11:30 午後の部 13:30~15:30
陶芸教室	1月18日(火)	9:30~11:30
手作りおやつ	1月21日(金)	午前の部 9:30~11:30 午後の部 13:30~15:30
筆ペンで美文字	1月5日(水) 1月19日(水)	午前の部 10:00~11:30 午後の部 13:30~15:00
元気アップ体操	1月12日(水) 1月26日(水)	13:30~15:00