

天白だより 4月号

3月の健康料理教室の報告【公民館部】

3月9日(水)の令和3年度最後の健康料理教室の参加者は17名で楽しく行いました。

新型コロナ感染症対策のためお弁当にして持ち帰って頂き、家族の皆さんにも美味しい、好評とのお声を聞き嬉しく思います。
新年度もみなさんのお申し込みをお待ちしております。

天白まちづくり協議会主催 天白自治部会共催



《メニュー》
山菜おこわ、大根とイカの
煮物、里芋のコロッケ、
わかめときゅうりの酢の物



令和4年度こども教室【公民館部】

天白まちづくり協議会主催 天白自治部会共催

『天白キッズクラブ(全5回)』参加者募集

公民館で楽しい時間を過ごしましょう

日 時 4月30日(土)10:00~12:00 牛乳パックでパウンドケーキ作り
5月28日(土)10:00~12:00 スクラップブック作り
6月25日(土)10:00~12:00 クレープ作り
7月23日(土)10:00~12:00 未定(お楽しみ)
9月24日(土)10:00~12:00 未定(お楽しみ)

定 員 先着8名

場 所 天白公民館研修室4、調理実習室
対 象 天白地区の小学生の皆さん(保護者、未就学児はご遠慮ください)
講 師 天白地区の皆さん、公民館部員他
参 加 費 各回100円(当日集金)
持 ち 物 エプロン、三角巾、タオル、マスク
申 込 4月1日(金)8:30~申込受付ます。定員になり次第終了



『陶芸教室(全12回)』受講者募集

天白公民館中核 生涯学習教養趣味講座

日 時 令和4年4月~5年3月の第3火曜日 9:30~11:30
場 所 天白公民館 研修室4
対 象 松阪市在住・在勤の方
定 員 先着15名
講 師 奥山 伊都さん
材 料 代 1個600円
持 ち 物 ぞうきん、ポリ袋1枚、マスク
申 込 4月1日(金)8:30~申込受付ます。定員になり次第終了



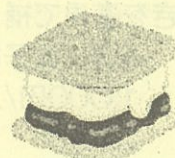
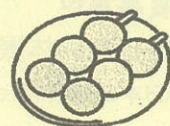
『手作りおやつを楽しもう!』(全12回) 受講者募集

天白公民館 生涯学習家庭生活料理講座

季節のおやつをみんなで一緒に手作りしましょう! リクエスト受付中!

日 時 偶数月の第3木曜日9:30~12:00 (定員:先着8名)
奇数月の第3木曜日9:30~12:00 (定員:先着8名)

対 象 松阪市在住・在勤の方
場 所 天白公民館 調理実習室
材 料 代 毎回500円程度(実費)
持 ち 物 エプロン、三角巾、持ち帰り容器、マスク
申 込 4月1日(金)8:30~申込受付ます。定員になり次第終了



天白まちづくり協議会 天白公民館

4月号
令和4年4月1日
松阪市天白公民館
松阪市曾原町872番地
(日曜、月曜、祝日休館)
Tel 56-7920

『健康ウォーキング』参加者募集(全5回)

天白公民館 生涯学習体育・レク講座

日 時 行き先

令和4年 5月12日(木)白米城、松阪ベルファーム
令和4年 7月29日(金)五桂池ふるさと村メロン狩り1,500円
令和4年 9月29日(木)珍布峠、飯高町道の駅
令和4年11月29日(火)伊勢外宮
令和5年 1月27日(金)伊勢内宮初詣

駐車場代金を負担して頂きます。

マイペースでウォーキングを楽しみましょう。
天候・諸事情により中止となる場合があります。

集合場所 旧公民館跡地駐車場9:00集合~14:00頃解散予定(振興局のバスで現地まで行きます)

対 象 松阪市在住・在勤の方

定 員 先着17名

持 ち 物 動きやすい服装(季節により暑さ寒さ対策)、飲み物、昼食(各自)、マスク、タオル

申 込 4月1日(金)8:30~申込受付ます。定員になり次第終了

『おうちで作ろう』受講者募集(全3回)

天白公民館 生涯学習食生活講座

日 時 令和4年5月13日(金)9:30~11:30 ピザ+トマトゼリー
令和4年7月8日(金)9:30~11:30 ポンデケーキ+ビーフシチュー
令和4年9月9日(金)9:30~11:30 マフィン+豚肉のいちぢくソースがけ

場 所 天白公民館調理実習室

講 師 花井 真弓さん(管理栄養士)

定 員 先着8名(松阪市在住・在勤の方)

持 ち 物 エプロン、三角巾、飲み物、マスク

参 加 費 材料代1,000円

申 込 4月1日(金)8:30~申込受付ます。定員になり次第終了



『ほぐしヨガ』受講者募集

三雲公民館 生涯学習体育・レク講座

ゆっくり体を動かして内側からほぐしていきましょう。お友達と一緒どうぞ

日 時 令和4年4月~令和5年3月の第1・3金曜日9:00~11:00
初回は4月15日(金)9:00~11:00より始まります。

場 所 三雲公民館研修室1

対 象 松阪市在住・在勤の方

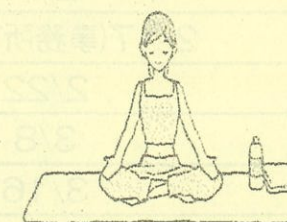
参 加 費 無 料

講 師 山本 恵さん(Jヨガインストラクター)

定 員 先着15名(松阪市在住・在勤の方)

持 ち 物 ヨガマット(無ければバスタオル)、飲み物、汗拭きタオル、スポーツタオル、運動しやすい服装、マスク

申 込 4月1日(金)8:30~申込受付ます。定員になり次第終了



天白まちづくり協議会、三雲・天白公民館で実施した講座、行事(サークル活動は除く)

開設 講座 数	開催日 又は 期 間	学習内容	者 出 数 席 (人)
1	6/27	七夕会(壁掛け笹飾り作り)	20
1	7/29	子ども藍染教室	20
5	8/5、8/10、11/27(AM、PM)、3/31	子ども料理教室	31
2	8/6AM、PM	子ども英会話教室	17
2	7/4、12/11	親子教室	23
2	12/18、1/8	たこ作り、たこ揚げ大会	93
1	12/24	子どもわくわく広場「X'mas会」	30
2	5/28、7/27	手縫い教室	14
2	6/17、6/23	クラフトバッグ作り	26
2	6/25、3/25	太極拳教室	23
1	7/1	ラベンダースティック作り	10
1	7/30	藍染教室	7
1	8/4	健康診断&毎日60分運動	17
10	10/6、11/4、12/1、1/5、1/19	筆ペンで美文字講座(AM、PM)	92
1	10/16	手洗いチェック&ラジオ体操	6
1	10/27	こけ玉作り	10
1	10/29	季節のお弁当作り	14
1	11/6	魔法の鉢作り	12
1	11/11	体験教室「五桂池みかん狩り&健康ウォーキング」	20
1	11/24	前川料理教室	15
1	12/3	ラジオ体操	7
1	12/4、12/25	フラワーアレンジ	26
1	12/16	しめ縄作り	17
1	12/23	寄せ植え教室	15
1	12/25	お正月フラワーアレンジ	18
2	1/13、1/14	誕生日占い	22
1	1/26(公民館で作ったものを渡す)	田舎あられ作り	17
1	2/1	みそ作り(コロナ禍で材料のみ手配)	24
1	2/17(事務所で実施)	手作り教室(ミニわらぼうき作り)	4
1	2/22	みそまる作り	10
1	3/8	春の花巻お寿司	12
1	3/16	ほぐしヨガ	8
1	3/26	伊勢型紙	12
1	3/30	筋力アップ体操	15
16	通年	元気アップ体操	227
9	通年	健康料理教室	166
10	通年	陶芸教室	156
10	通年	手づくりおやつ	154

《4月の公民館》

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
お車でお越しの方は旧公民館跡地の新駐車場をご利用ください。 新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、急遽公民館講座を中止・ 延期する場合があります。 ご利用の際は日程を再確認の上、マスク着用・手指消毒・検温など ご理解ご協力をお願いします。					ナイトヨガ Kid's English123年 フォトみくも	三雲囲碁クラブ 岳風会 Let's English 健康麻雀 絵手紙サークル
3	4	5	6	7	8	9
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 健康麻雀 民謡の会	楽しい卓球	天白太極拳教室 Kid's English 456年	三雲囲碁クラブ 健康麻雀 親業に親しむ会
10	11	12	13	14	15	16
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 健康料理(偶数月) 3B体操 健康麻雀 民謡の会	楽しい卓球 趣味の会七宝焼 三雲手品サークル 七宝焼 手話サークルはまぼう	ほぐしヨガ フラワーアレンジメント ナイトヨガ Kid's English123年	三雲囲碁クラブ 岳風会 Let's English 健康麻雀
17	18	19	20	21	22	23
休 館 日	休 館 日	SW吹矢シリウス 陶芸教室 天白松寿会 楽しい卓球 三雲絵画サークル	SW吹矢シリウス 旬の菜園 健康麻雀 民謡の会	楽しい卓球 おやつ作り(偶数月)	天白太極拳教室 ひらめき教室 ナイトヨガ Kid's English456年	まち協会議 三雲囲碁クラブ 岳風会 健康麻雀 伊勢型紙
24	25	26	27	28	29	30
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 3B体操 健康麻雀 民謡の会	楽しい卓球 趣味の会七宝焼 七宝焼 手話サークルはまぼう	昭和の日 休 館 日	富貴蘭展 天白キッズクラブ 三雲囲碁クラブ 健康麻雀

《4月の公民館講座》

健康料理教室(偶数月)	4月13日(水)	9:30~12:00
ほぐしヨガ	4月15日(金)	9:00~11:00
陶芸教室	4月19日(火)	9:30~11:30
おやつ作り(偶数月)	4月21日(木)	9:30~12:00
天白キッズクラブ	4月30日(土)	10:00~12:00

新しいサークルが始まります。みんなで一緒に楽しみましょう。

【3B体操サークル】会員募集中

体の動きを道具で補う無理のない体操です

講 師 松本 貴子さん(日本3B体操協会公認指導者)

参加費 1,000円/月

定 員 20名

持ち物 タオル・飲み物・マスク

ヨガマット(無ければバスタオル)

第2・4水曜
13:30~15:00

【民謡の会】会員募集中

三味線や沖縄三線を楽しく学びます

講 師 坪井 勝廣さん

参加費 無料 毎水曜日13:00~15:00

定 員 10名

持ち物 三味線、マスク

訪問ボランティア
にも行きます