



新年おめでとうございます。

1月の行事・講座予定

日	時間	行事
8	水 10:30~	給食サービス
15	水 9:30~	移動図書館 ララ号
15	水 19:00~	衛生組合全体会
17	金 13:30~	のびのびすこやか教室
23	木 13:00~	4か月児相談
	木 14:40~	乳児相談
24	金 19:00~	学校開放

日	時間	コミセン講座
14	火 10:00~	たんぼぼルーム
21	火 10:00~	なかよしランド

市・県民税申告相談

日時 1月31日(金) 9時~16時
場所 林コミュニティセンターホール

女性教室 センター講座 「人権学習」

落語を通して考える人権

全国各地で講演を多数行っている木村先生にお越しいただきます。楽しい落語を通して人権について考えてみませんか。

- 日時 2月4日(火) 13:30~14:30
- 場所 コミュニティセンター
- 講師 木村 ^{ひとし} 斉氏
- 申込み 1月28日(火)までにコミセンへ 866-3405



保健委員会

「男性の料理教室」のご案内

＜食生活改善推進協議会＞

料理が苦手または得意な男性、どなたでも大歓迎です。
この機会に料理を作る楽しさを体験してみませんか？

- 日時 1月24日(金) 9:30~12:30
- 場所 コミュニティセンター 調理室
- 持参物 エプロン・三角巾・筆記用具
- 参加費 1人450円(当日集めます)
- 申込み 1月15日(水) コミセンへ 866-3405



★★★ メニュー ★★★

簡単巻き寿司
ぽかぽかスープ
ナガイモの明太子和え
ほうじ茶プリン

のびのび すこやか教室

- 1月17日(金) 13:30~

乳児相談

- 1月23日(木) 14:40~※要予約
山田保健ステーション TEL 848-6581

キッズ
くらぶ

おたのしみ会！！

今年度最後のキッズくらぶです。ニュース
ポーツのカロリング（床上カーリング）
をします。おたのしみに！！

■日 時 2月1日(土)10:00~11:30

※準備物 水筒、上靴、動きやすい服装

老人クラブ

世代間交流「小学1年生と昔の遊び」

■1月24日(金) 8:30~

■林小学校体育館



おじゃみ、けん玉など昔の遊びをとおして、地域
の子どもたちとの交流を深めます。

体 育 協 会

ファミリー体力測定会

家族で、仲間と、友達と、一人でもレッツゴー！

子どもから高齢者まで、体力測定会に参加し、
それぞれの体力等の状態を確認し合うことで、健
康と運動に対する関心を高め、家族そろってスポ
ーツに親しむ習慣を身につけていただきます。

日 時 令和2年2月9日(日) 9時00分~13時00分 予定

会 場 林小学校体育館

対 象 市内在住・在勤・在学の方(年齢6歳~79歳の健康な男女)

項 目 【6歳~64歳】握力・上体起こし・長座体前屈・反復横飛び・立ち幅跳び
20m シャトルラン(6項目)

【65歳~79歳】握力・上体起こし・長座体前屈・開眼片足立ち
10m 障害物歩行・6分間歩行(6項目)



評 価 終了時に各自の評価表をお渡しします。

持ち物 上履き・タオル・動きやすい服装

*測定及び判定・評価は、アドバイザー等が担当します。

*健康チェック、血圧測定などの結果により、測定できない場合もあります。

*駐車場はありませんので、お車でのご来場はご遠慮ください。

コナツウエルネスクラブによる
「身体成分測定」もあります！

申込み 1月31日(金)までにコミュニティセンター(TEL/FAX 866-3405)

同好会会員募集！

新年から心機一転、新しいことを始めてみませんか？
見学お待ちしております。

同好会名	曜 日	時 間	同好会名	曜 日	時 間
フォークダンス	毎月曜日	10:00~12:00	書 道	2・4火曜日	10:00~12:00
ヨーガII	毎月曜日	10:00~11:30	スローフローヨガ	1・3水曜日	10:00~12:15
囲 碁	毎月曜日	13:00~16:00	さわやか体操	毎水曜日	13:00~15:00
絵手紙	第1月曜日	10:00~12:00	大正琴	1・3木曜日	10:00~12:00
古典を読む会	2・4月曜日	10:00~12:00	俳 句	第3木曜日	13:00~16:00
花クラブ	第2火曜日	10:00~12:00	ピラティス	1・3金曜日	11:00~12:00
和紙ちぎり絵	第3火曜日	13:30~16:30	フ ラ	毎金曜日	10:00~12:00
遊書会	第4火曜日	10:00~12:00	大人の硬筆教室	2・4金曜日	10:00~11:30
ヨーガ	毎火曜日	19:00~20:30	墨彩画	第3土曜日	10:00~11:30