

宇佐公民館だより



令和4年
5月11日

宇佐高齢者・宇佐婦人学級 開級式 5月10日(火)



今年度の学級がスタートしました。開級式では、90才を越えた今もなお色々な役をこなしながら活躍されている平田三喜孝氏による「長寿の秘訣」講座が行われました。常に体を動かす規則正しい生活・栄養を考えた食事・ボランティア活動・感謝の心持ち等、日々の暮らしにおける健康法を興味深く伺いました。「継続は薬なり！」を実践されている大先輩にたくさんの知恵と希望をいただきました。

令和4年度 宇佐公民館自主サークル

種別	サークル名	活動日	会員募集
運動	健康太極拳	火(第2・3・4) 10:00~12:00	
	宇佐市太極拳教室	水(第2・3・4) 10:00~12:00	
	自彊術(健康体操)	水(第1・2・3) 10:30~11:30	有
	健康体操	金(第1・2・3・4) 10:00~12:00	
	笑いヨガサークル	水(第1) 13:00~15:00	
	ヨガ	火(第1・2・3・4) 19:00~21:00	有
	元気教室(体操)	金(第1・2・3・4) 10:00~12:00	有
	スポーツウエルネス吹矢	金(第2・3・4) 13:30~15:30	有
書画	宇佐書道教室	火(第1・2・3) 15:30~17:30	
	朱の会(絵画)	金(第2・4) 10:00~12:00	有
	清翔の会(水墨画)	木(第2・4) 13:30~15:30	有
俳句	寄藻ホトギス句会	日(未定) 13:00~16:00	有
	よろうち句会(くさの会)	火(第4) 13:00~17:00	有
音楽	松風会(尺八)	木(第1・2・3・4) 18:00~21:00	有
木彫	木彫教室	土(第1・2・3・4) 13:00~15:00	有
民踊	ひばり会	木(第2・4) 9:30~11:30	有
料理	男性料理教室	水(第3) 9:00~12:00	有
パソコン	なでしこ会	日(第2・4) 10:00~15:00	

色々な自主サークルが行われています。

見学や入会等を希望される方は、宇佐公民館までご連絡ください。 ☎ 37-1121