

# はわい1分館だよい

令和7年12月号



発行  
中央公民館羽合分館  
〒682-0722  
湯梨浜町はわい長瀬 584 番地  
(ハワイアロハホール内)  
TEL 0858-35-5344



## 12月・1月の事業



| 日付        | 行事                               | 時間    | 場所           |
|-----------|----------------------------------|-------|--------------|
| 12月17日(水) | 背骨・骨盤の歪みを治せば若返る<br>～おうちでできる予防体操～ | 10:00 | 羽合分館 会議室B・和室 |
| 18日(木)    | 【橋津出前講座】手品ショー                    | 11:00 | 橋津地区公民館      |
| 21日(土)    | 【田後出前講座】しめ縄作り教室                  | 9:00  | 田後地区公民館      |
| 22日(月)    | 音楽療法教室<br>～心も体も元気に歌い納め～          | 10:00 | 羽合分館 多目的室    |
| 23日(火)    | 晃宥さんの占い教室 ～手相の見方～                | 9:30  | 羽合分館 多目的室    |
| 27日(土)    | 園芸教室 ～迎春の寄せ植え～                   | 10:00 | 羽合分館 多目的室    |
| 1月 8日(木)  | からだの時間 ～ストレッチ教室～                 | 13:30 | 羽合分館 会議室A    |
| 9日(金)     | 開運初詣!!<br>出雲大社参拝&神々の歴史にふれる!!     | 8:30  | アロハホール出発     |
| 14日(水)    | 玉木先生の脳トレ教室<br>～頭とからだのレクリエーション～   | 10:00 | 羽合分館 会議室A    |
| 14日(水)    | 足つぼマッサージ<br>～足から全身を癒しましょう～       | 13:30 | 羽合分館 会議室B・和室 |

※事業によってはキャンセル料が発生する場合がありますのでご了承ください。

※各事業の参加申し込みについては、電話で申し込まれるか、直接羽合分館に申し込んでください。

ただし、参加者（家族を含む）本人または保護者の申し込みに限ります。

※申し込みは町内の方を優先します。町外の方の申し込みはお受けできないことがあります。



### 開運初詣!! 出雲大社参拝&神々の歴史にふれる!!

★日 時 1月9日(金) 8:30~16:30  
(帰着時間は目安です)

★場 所 出雲大社 島根県立古代出雲歴史博物館

★参 加 費 2,300円（高速代、昼食代、入館料）

★持 ち 物 飲み物、散策できる服装、雨具（雨天時）

★募 集 定 員 30人（対象は成人のみ）

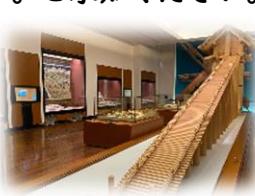
申込方法は左記のとおりです。ご注意ください。

★申込日 12月22日(月)のみ 午前8時半~正午  
※厳寒期ですので、天候、路面状況により事業中止になることがあります。ご承知ください。

#### 視察研修事業の 申込方法の変更について

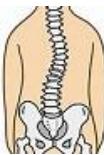
標記の件について今後は以下の通りとなります。ご了承ください。

- ①申込みは電話と来館で受付ます。  
順番はありませんので、受付期限内の申込はすべて受付ます。
- ②受付時間終了後、厳正なる抽選を行います。
- ③当選の方に電話連絡をします。



# 背骨・骨盤の歪みを改善する ～おうちでできる予防体操～

★日 時 12月17日(水)  
10:00~12:00  
★場所 羽合分館 会議室B・和室  
★講師 岩本光行さん(整体院いわもと)  
★参加費 無料  
★持ち物 動きやすい服装、飲み物  
★募集定員 10人  
★申込期限 12月12日(金)



歪み改善・予防の体操を学びましょう



## 晃宥さんの占い教室

### ～手相の見方～

★日 時 12月23日(火)  
9:30~11:00  
★場所 羽合分館 多目的室  
★講師 晃宥さん(うらないや こんぱす)  
★参加費 無料  
★持ち物 なし  
★募集定員 15人  
★申込期限 12月18日(木)



手相の基礎を学んで運勢を鑑定してみましょう

## 足つぼマッサージ

### ～足から全身を癒しましよう～



★日 時 1月14日(水)  
13:30~15:00

★場所 羽合分館 会議室B・和室  
★講師 小林和子さん  
(台湾式リフレクソロジーセラピスト)  
★参加費 無料  
★持ち物 飲み物、タオル、足つぼ棒  
★募集定員 10人  
★申込期限 1月12日(月)



#### 【お申込み・お問合せ】

平日(月～金曜日・祝日を除く)の  
午前8時30分～午後5時まで

- 電話：0858-35-5344
- 中央公民館及び各分館の情報はこちらからご覧いただけます →



## 音楽療法教室～心も体も元気に歌い物～

★日 時 12月22日(月)  
10:00~11:30  
★場所 羽合分館 多目的室  
★講師 木田小百合さん(音楽療法士)  
★参加費 無料  
★募集定員 12人  
★申込期限 12月15日(月)  
★持ち物 飲み物



季節の歌・手遊び・懐かしい歌謡曲を使用した  
「回想法」を取り入れることで、音楽により体  
を自然に動きやすくします。

## 園芸教室～迎春の寄せ植え～

★日 時 12月27日(土)  
10:00~11:00  
★場所 羽合分館 多目的室  
★講師 藤田昭子さん(有)谷本種苗園芸  
★参加費 2,500円  
★持ち物 移植ごて、使い捨て手袋、30cm程度  
の鉢(500円で購入可能)  
★募集定員 15人  
★申込期限 12月19日(金)



## からだの時間～ストレッチ教室～

★日 時 1月8日(木)  
13:30~14:30  
★場所 羽合分館 会議室A  
★講師 伊藤啓太さん(Jerico)  
★参加費 無料  
★持ち物 飲み物、タオル  
★募集定員 10人  
★申込期限 1月6日(火)



## 玉木先生の脳トレ教室 ～頭とからだのレクリエーション～

★日 時 1月14日(水)  
10:00~11:30  
★場所 羽合分館 会議室A  
★講師 玉木純一さん  
(福祉レク・ネットワーク鳥取)  
★参加費 無料  
★持ち物 筆記用具  
動きやすい服装  
★募集定員 16人  
★申込期限 1月7日(水)

