

# 南花台公民館だより

南花台 8-4-1  
TEL 63-1131  
FAX 63-1194

## 明けましておめでとうございます

新しい年がすばらしい一年でありますよう 心よりお祈り申し上げます  
本年もどうぞよろしくお願い申し上げます

### 南花台公民館 講座・教室の予定 (1~3月)

◇**手話体験講座** (講師：手話サークルさくらんぼ) → 広報1月号掲載

日時 2月11日(日) 10:00~11:30

対象 市内在住・在勤・在学の方 定員/20人 参加費 無料

◎講座・教室のお問い合わせは南花台公民館まで。(申込開始日は広報、ホームページでご案内します。)

### ロビー展の予定 公民館開館時間にご自由に見学できます。

- ◆「水明会A・B(書道クラブ) / 書き初め展」1月13日(土)~1月27日(土)
- ◆「コレト口会(写真クラブ) / 写真展」3月3日(日)~3月16日(土)

### 事業報告 (10月~12月)



◆講座「バイタルサインとは~健康のバロメーター~」(10月13日)  
体温・呼吸・脈拍・血圧、バイタルサインは健康のバロメーター。  
普段から観察しておけば、ちょっとした体調変化でも早く気づくことが  
出来ると教えていただきました。



◆講座「脳の衰えを防ぐためのトレーニング」(11月17日)  
脳が衰えると生活に支障をきたすことに……。いつまでも若々しい  
脳を維持するため、簡単な脳トレ体操や脳の老化を予防するポイントを  
学びました。



◆講座「健康の概念と健康づくり~看護の移り変わり~」(12月19日)  
健康はそれ自体が目的ではなく、個人が幸福な状態を目指すうえでの  
手段であり、病気を予防したり積極的に健康を増進していこうとする気  
持ちが大切ということを知りました。



◆「朗読鑑賞会~絵本を読みましよう~」(11月12日)  
絵本は、子どもだけが楽しむものではありません、大人に対しても癒  
しやリラックス効果があるといわれており、どこか懐かしく心地よい絵  
本の世界に浸っていました。



◆講座「チリ～南米の樂園への誘い～」(12月5日)

チリ共和国ご出身で、本市にお住まいのバレンシア・セバスティアンさんに母国の文化や風習などについてお話を聞きました。なじみの薄いチリ共和国ですが、大変興味をひくお話ばかりでした。

\*\*\*\*\*公民館クラブ活動発表会実施しました(9月29日～11月16日)\*\*\*\*\*

コレト口会(写真)



水明会A・B(書道)



龍玉会(書道)



南陶会(陶芸)



詩吟



健康太極拳



\*\*\*\*\*

## 令和6年度 公民館クラブ員の募集

市内8公民館では、令和6年度のクラブ員を募集しています。入会希望の方は、2月15日(木)までに以下の方法で申し込んで下さい。

- ① 往復はがきに住所・氏名(ふりがな)・電話番号・希望クラブ名を一つ記入し、該当公民館へ郵送して申し込む。(2月15日(木)当日消印有効)
- ② 該当公民館窓口で申し込みをする。※返信用ハガキを持参。(切手を貼り、住所・氏名を記入)
- ③ 河内長野市ホームページからインターネットで申し込む。

<https://www.city.kawachinagano.lg.jp/site/koumin8/> ※メールアドレスが必要です。

以上3つの方法で申し込むことができます。詳しくは河内長野市ホームページ、各公民館窓口で配布している「公民館クラブ入会のご案内」をご覧ください。

**食用廃油回収** 毎月 第3木曜日(午前10時00分～11時30分) ☎1/18、2/15、3/21  
☆回収場所/南花台公民館 玄関前 ※お問い合わせ 市環境政策課(53-1111)

◆公民館の開館時間：火曜日～日曜日の午前9時～午後5時

(月曜日、12月29日～1月3日は休館日)

◆図書室の開室時間：火曜日～日曜日の午前10時～午後5時

注) 図書室は10時からです

(休室日は、公民館の休館日)