

回 覧									

うえきこうみんかんだより4月号

第166号
発行日 令和6年4月1日
植木公民館

熊本市配布文書
第 9 号

主催講座のご案内

エンジョイ健康づくり

いつまでも健康な生活を送っていただくための講座です。お友達といっしょに、健康体操を通して心と体の免疫力をアップしませんか！



日時：5月9日、16日、23日

毎回木曜日（全3回）

10：00～12：00

場所：植木文化センター（植木公民館）
多目的ホール

講師：NPO法人u&uスポーツ植木より派遣

参加費：無料

募集対象：50歳以上の方 30名

申込み〆切：4月25日(木)

植木の史跡・名所の歴史を学べ

好評につき、今年も開催！植木の史跡や名所を巡り、歴史と植木の良さを再発見していただきます。今年は、山頭火、小野小町伝説、古墳、民謡「田原坂」、植木学校、西南戦争などについて学ぶ予定です。現地での研修もあります！

日時：5月12日、26日、6月9日、23日、

7月7日、9月8日、22日

毎回日曜日（全7回）

10：00～12：00

場所：植木文化センター（植木公民館）
視聴覚室

講師：田原坂観光ガイドの会より派遣

参加費：無料

募集対象：どなたでも 30名

申込み〆切：4月28日(日)



ベビー&マミービクス

お母さんとお子様が、楽しくスキンシップをとる講座です。エクササイズを通して、愛情と信頼関係を育みましょう。また、お母さんの産後の心のケアにもなります！

日時：5月15日、22日、29日

毎回水曜日（全3回）

10：00～12：00

場所：植木文化センター（植木公民館）
和室

講師：B-smailより派遣

参加費：無料

募集対象：2か月から7か月の
乳児とお母さん 10組

申込み〆切：5月1日(水)

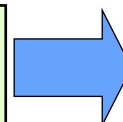


《主催講座の申し込み方法》

- 窓口の場合は、はがきを1人1枚持参ください。
- 郵便の場合は、往復はがきに、「講座名住所・氏名・電話番号」を記入してください。
- 熊本市ホームページの場合は、「植木公民館で検索」→「主催講座案内」から申込みができます。

※応募者多数の場合は、抽選となります。

植木公民館ホームページ
へのQRコードです。



☆☆☆市民企画講座「スポレク広場」への参加ご案内☆☆☆

「NPO法人u&uNスポ植木」が企画した講座です。イスやボールなどを使い、楽しく笑いながら健康づくりを行います。また、血圧測定や体調管理を行い取り組んでいただきます。60歳以上の方が対象です。

期日：6月6日・20日、7月4日・18日、8月1日・22日、9月5日・19日、10月3日・17日

(全10回、毎回木曜日) 時間：10時～11時半

場所：植木文化センター(植木公民館) 多目的ホール

参加費：1回500円(保険代含む)

内容：軽運動、脳トレ運動、脳トレゲームなどいろいろ

募集定員：25名

申込期間：募集定員に達するまで随時受付

申込先：u&uNスポ植木(227-6139)、植木公民館(272-6906)の窓口または電話で申込み



まちづくりつうしん

地域担当/令和6年(2024年)4月1日/第78号

4月6日～4月15日

春の全国交通安全運動 2024

交通事故を0に



ピッカピッカの1年生に注意

新学期が始まる春は、こどもの交通事故が増える傾向にあります。横断歩道は、左右をしっかりと確認して渡りましょう。

また、横断歩道は歩行者優先です。歩行者の横断を妨げないようにしましょう。時間にはゆとりを持ち、「おもいやり・ゆずりあい」の気持ちで安全運転をお願いします。

ピカッピカッ、光って身を守ろう

過ごしやすい季節となり、散歩や運動を始める方もいらっしゃるのではないのでしょうか。明るい時間が長くなりましたが、思っている以上に歩行者は見えにくいです。自分の存在を周りにアピールするため、反射材などを身に着けるようにしましょう。



地域の行事など広くお知らせしたい情報がありましたら、下記へご相談ください。

植木まちづくりセンター(まちづくり班)

TEL:096-272-6966 FAX:096-272-6916

☆植木文化センター(植木公民館)

4月の休館のお知らせ

1日(月)・8日(月)・15日(月)

22日(月)・30日(火)

※休館日には受付(公民館・植木文化ホール)と印刷はできません。

※風水害のため避難所開設となった場合は、公民館業務を停止いたします。ご了承ください。

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				

熊本市植木まちづくりセンター 公民館班(植木文化センター内)

〒861-0195 熊本市北区植木町岩野238-1 TEL:272-6906 FAX:272-6916

E-mail: uekikouminkan@city.kumamoto.lg.jp