

# 公民館からのお知らせ

白板地区公民館

☎ 35-7740

FAX 36-5497

shiraita-k@city.matsumoto.lg.jp

講座案内  
と  
おしらせ

◎ 講座の参加申込み・お問い合わせは白板地区公民館（35-7740）まで  
◎ 諸事情によりイベント・講座を予告なく延期または中止する場合があります

## ★4月からの連続講座 参加者募集★

★講座の申込みについて…

各講座の申込みは上記連絡先または左記QRコードでお願いします。QRコードでは1度の入力  
で複数の講座をお申込みできます。講座の年間スケジュールは第1回目の講座でお知らせします。

申込み開始 3月4日(月)から (各講座、定員になりしだい締切ります)



講座申込み

講座  
1

### 暮らしの花講座

今までのいけ花でできなかった空間  
にも飾れるよう、身近な生活雑貨や器を使って  
花を生けます。花のある暮らしはいかがですか？

開講日 4月12日(金) ※原則第2金曜日

時間 午後1時30分～3時30分

場所 白板地区公民館 会議室

参加費 実費材料費(1回1,000円程度)

講師 鈴木久美先生・天野悠紀子先生(池坊)

定員 10名(先着順)

持ち物 花切はさみ(普通のはさみ可)・タオル  
花持ち帰り用袋(ビニール袋など)



講座  
2

### 新・岳都講座

— ウェストンと上高地 —

上高地に関する歴史・人物・植物・地形や気候に  
ついて学びます。また、現地学習会等も予定して  
います。

開講日 4月15日(月) ※原則第3月曜日

時間 午後1時30分～3時30分

場所 白板地区公民館 視聴覚室

参加費 無料

講師 内藤哲夫(白板地区公民館長)

定員 10名(先着順)

講座  
3

### 健康吹き矢講座

気軽にゲーム感覚で楽しめる  
「吹き矢」は腹式呼吸法を用いるので  
運動効果も期待できます。見学も可能です。

開講日 4月26日(金) ※原則第4金曜日

時間 午後2時～3時30分

場所 白板地区公民館 大会議室

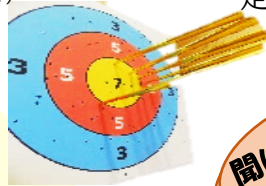
参加費 初回のみ500円(道具材料費)

講師 古市昭太郎さん(丸ノ内スポーツクラブ)

定員 10名(先着順)

持ち物 飲み物、運動靴、タオル

※動きやすい服装でお越しください



聞いてみよう！  
やってみよう！

の相談  
「スマホ」で脳トレ

『スマートフォン』の相談はもちろん、スマホを  
使って脳トレなどしてみませんか!? 電話でご予約  
いただくか、直接公民館窓口までお越しください。

日時 3月11日(月) 午後1時30分～4時

場所 白板地区公民館

申込み 電話(35-7740)



公民館委員会からお知らせ

文化委員会

ひな飾り展示中

公民館所蔵のひな飾りをホール、多目的室  
で展示しています。ぜひお立ち寄りください。

展示期間 4月3日(水)まで 平日午前9時～午後5時



図書視聴覚  
委員会

図書の入替えをおこないます

お手元に貸出中の本がありましたら返却を

お願いします。返却期限 3月22日(金)

※新しい図書の貸出は 3月28日(木)からです。

