ふれあい館三国だより

［第１８７号］平成２９年 **１１月号**
発行　ふれあい館三国
電話　７５－３３９２
Fax　７５－３４０９
E-mail　fureai@huk.bbiq.jp
休館日　第３日曜日
【担当　権藤】

ふれあい館主催講座　参加者募集!!

ミニ門松づくり体験講座



～手作りの“ミニ門松”　で
　心づくしのお正月を迎えよう！～

【日　時】１２月２２日(金)　１０時から
【会　場】ふれあい館三国　料理実習室
【講　師】棚町良雄さん（筑前町在住）
　　ﾎﾞﾗﾝﾃｨｱで、門松・ｵﾌﾞｼﾞｪ作り
【募　集】１２人（要予約）
【参加費】1000 円(ミニ門松一対材料代)
【その他】軍手を持参、持参できる方は、
　　⇒選定ハサミ、のこぎり

ノルディックウォーキング体験教室

～ 全身を使って、体力づくり！
　スタミナUP！ 首・肩コリの解消！ ～

【日　時】１２月９日(土)　１０時から
【会　場】ふれあい館三国　ホール１
【講　師】古賀紀美子さん（JNWL 公認
　　ウォーキングライフマイスター）
【募　集】３０人（家族での参加大歓迎）
【参加費】５００円（１家族）
【その他】タオル、飲み物を持参

★ノルディックウォーキングとは？
　２本のポール（ストック）を使用しての
ウォーキング。ポールを使用することで①全身の筋肉を刺激する②美しい姿勢の歩行が身につく★

サークル発表会「第１回実行委員会」＆定期利用サークル説明会を開催します

○　日　　時　　平成 29 年 11 月 25 日（土）
　　9時 30 分～10 時 30 分
○　会　　場　　ふれあい館三国　ホール１
○　内　　容　　♥平成 29 年度サークル発表会について
　　♣平成 30 年度定期利用について

※説明会後に避難訓練・ＡＥＤ取扱訓練を実施します。
　　みなさまご協力を！

《お問合せ・お申込みは ふれあい館三国 まで》

＜みくにサービスセンター＞＞　8:30～17:00 に、次の各証明書を発行しています
◆戸籍謄（抄）本・・・・・・・・・・・・・・・・・（現在記載のみ）→ 平日のみ発行
◆住民票謄（抄）本　/　印鑑証明　/　記載事項証明書・・・・・・・（現在記載のみ）
◆所得・課税証明書　/　納税証明書（車検用含む）
※印鑑登録証明書の発行の際には、印鑑登録証を持参してください。
※来館される方の本人確認が必要となりますので運転免許証・保険証等を持参してください。
※毎土曜日、第３日曜日の証明発行は休みです（市民課：電話 72-2111　内線４１４）

定期利用サークル活動　番外編

定期利用サークルの皆様に、年１回程度ふれあい館の敷地内の草取りや、
館内の清掃にご支援いただいています。皆様ありがとうございます。が








～１１月・１２月の行事予定～

定期休館日11月１９日・12月１７日　年末年始休館12月28日～1月4日

日　程	曜日	内　　容	時　　間	場　　所
11/20 12/11･25	月	三国そば講座	9:30～12:00	料理実習室
11/16	木	みくにセミナー　館外研修	9:00～16:30	宗像市他
11/17	金	みすてりージャム作り講座	10:00～12:00	料理実習室
11/24	金	男の料理「バサラカクッキング」　館外研修	9:00～16:30	筑前町他
11/25	土	サークル発表会「実行委員会」、定期利用説明会 消防訓練（避難訓練・ＡＥＤの取扱い訓練）	9:30～10:30 10:30～11:30	ホール１ 全館
12/ 9	土	ノルディックウォーキング体験教室	10:00～12:00	ホール１
12/21	木	みくにセミナー	9:30～12:30	料理実習室
12/22	金	ミニ門松づくり体験講座	10:00～12:00	料理実習室

※　刃物研ぎ・・・・・・毎月・第３金曜日　11 月 17 日/12 月 15 日　9:00～14:00
※　ハニービスケット・・毎月・第３土曜日　11 月 18 日/12 月 16 日　11:15～11:45