

小櫃公民館からのお知らせ

おびつ

公民館はみんなの茶の間

スマイルサロン

“いーね”

令和8年度の年間予定

毎月第3金曜日は“いーね”に出かけよう！

公民館で気軽に一緒にお茶をのんだり、おしゃべりしたりしませんか？  
どなたでもお越しいただけますので、お気軽に自由にお立ち寄りください。  
参加スタンプを6個集めた方には、  
ちょっとうれしい景品をプレゼント



## サロンの3つの“いーね”

### ◆頭と体のストレッチ (15分)

体操などでココロとカラダをほぐします。

### ◆ちょっとためになる時間 (30~45分)

講師を招いて、健康や暮らしに関する話を聞いたり、音楽鑑賞をしたりします。内容は3か月ごとにチラシでお知らせします。

### ◆楽しくおしゃべり (45分程度)

なんでも自由に話しましょう。  
みんなの話を聞くだけでもいいですよ。

**最後はみんなで歌いましょう**

\*それぞれの時間は目安です

会場 小櫃公民館 講堂

日時 毎月第3金曜日

受付 **13:15~** 開催 **13:30~15:15**

4月17日 5月15日 6月19日

7月17日 8月21日 9月18日

10月16日 11月20日 12月18日

1月15日 2月19日 3月19日

●**どなたでも**参加できます

●参加費は**無料**です

●事前申し込みは**不要**です

当日参加 OK  
出入り自由

感染対策について



\* 対面で飲食とおしゃべりをしますので、マスク着用を推奨します。

\* 手洗い等により手指の衛生にご協力ください。

\* 37.5℃以上の発熱や体調が悪い場合は参加をご遠慮ください。

主催 小櫃地区社会福祉協議会・小櫃公民館

運営 「おびつスマイルサロン “いーね”」運営委員会

問い合わせ 小櫃公民館 (君津市末吉 128)

TEL0439 (35) 2488 obitsu-k@city.kimitsu.lg.jp

