

守山公民館講座 おてがるカリンバ体験

アフリカで生まれた伝統的な民族楽器「カリンバ」の魅力を体験してみませんか。軽くて小さい「おてがるサイズ」を使っの演奏体験で、初めてでも指先から奏でられるやさしい音色を楽しめます。

時 6月14日(日) 午前10時～11時30分

所 守山公民館 2階 大会議室

講 北村 敏子さん(おてがるカリンバ協会 理事長)

対 市内在住・在学・在勤

定 10人

料 500円(当日徴収)

申 6月5日(金)までにメール、
電話または直接、下記へ。

他 カリンバは主催者で用意



問 守山公民館

☎・☎ (583) 5229

FAX (582) 0495

✉ moriyamakaikan@city.moriyama.lg.jp

埋蔵文化財センター 歴史入門講座

今年度は、「原始・古代の造形」についてです。

定 80人 料 200円/回

申 6月19日(金)までの午前9時～午後4時に電話またはファクスで下記へ。

他 予約なしでの当日参加は不可

時・連 (午前10時～正午)	内容・講師
6月20日(土)	瓦からみた秀吉の時代 講 山口 誠司さん〔(公財)滋賀県文化財保護協会〕
7月18日(土)	矢穴による石の造形～中世近江の石切技術～ 講 渡邊 貴洋さん(野洲市歴史民俗博物館)
8月15日(土)	土器からみえる地域の様相～弥生時代の近江と東海～ 講 大岡 由記子さん(名古屋市教育委員会)
9月19日(土)	縄文土器の造形 講 小島 孝修さん〔(公財)滋賀県文化財保護協会〕
10月17日(土)	埴輪の地域性～近江と紀伊の円筒埴輪～ 講 河内 一浩さん(元 羽曳野市教育委員会)
12月19日(土)	前方後方形周溝墓からみた守山 講 堀 真人さん〔(公財)滋賀県文化財保護協会〕

所・問 埋蔵文化財センター

☎・☎・FAX (585) 4397

(火曜日と祝日の翌日は休館)

65歳からのいきいき元気アップ教室

問 地域包括支援センター ☎(581)0330 FAX(581)0203

時・連 6月15日～7月13日の毎週月曜日午後2時～3時30分

所 あまが池プラザ 3階 いきいき活動広場

①	自分らしい未来を描くエンディングノートの書き方 ・これからの人生を考えてみよう ・エンディングノートを書いてみよう	④	食べる力を守る ・管理栄養士のお話 ・低栄養のサインと対策 守山健康のび体操をやってみよう! ・健康のび体操指導員の体操指導(実技)
②	認知症を理解する ・保健師のお話 ・正しい知識と予防のポイント 聞こえのフレイルを知ろう ・聞こえにくさに気づき、対策を	⑤	守山百歳体操をやってみよう! ・理学療法士のお話 ・通いの場について ・守山百歳体操をやってみよう(実技)
③	フレイルを防ぐ! ・フレイル予防と健康づくり 笑顔と健康は口元から ・歯科衛生士のお話 ・お口の健康を守ろう		

対 市内在住で、医師から運動制限を受けていない65歳以上

定 20人

持 飲み物、タオル ※④⑤は動きやすい服装(実技あり)。

他 車でお越しの場合は、中心市街地交流駐車場を利用してください。

申 6月8日(月)までに右記申込フォームまたは電話で上記へ。



申込フォーム