

第293号

令和8年11月1日発行
防府市大字富海1203番地の1
富海公民館
電話 34-0001
34-0034

公民館だより

富海(11月)

富海地域の概況

人口	1,672人(+6)
男	770人(+1)
女	902人(+5)
世帯数	928世帯(+2)
令和8年9月末現在	

「生き生き倶楽部」「女性学級」合同館外学習

<下関市方面>無事終了!

《楽しく見学できました!》

10月2日(金)に「生き生き倶楽部」「女性学級」合同館外学習(下関市方面)がありました。今回は、下関市立美術館や市立しものせき水族館「海響館」を見学しました。昼食は百年老舗「ふくや喜多川」で摂りました。



下関市立美術館



市立美術館前でパチリ!



小田海僊の絵もあったよ!



昼食は「喜多川」



「海響館」正面玄関



「海響館」前でパチリ!

「女性学級」第5回学習会

講師：整体師・リンパセラピスト

《リンパ体操にチャレンジしよう!》

渡邊 桂子 先生

9月29日(火)に、整体師・リンパセラピスト 渡邊 桂子先生をお招きし、「リンパ体操にチャレンジしよう!」と題して第5回の学習会を行いました。

渡邊先生のモットーは、「明るく」「楽しく」「元気よく」です。学習会では、この言葉どおり、先生に元気をもらい、終始笑顔で行われました。

椅子に座ったまま手足を動かして体温を上げたり、血液が流れやすくなるようにリンパが集まる場所をマッサージしたりしました。

