



伏原文化センターだより

発行 伏原文化センター 橋本市高野口町伏原 1075-3 ☎0736-43-0978

わくわく交流会 (ハイキング)

農業公園 信貴山のどか村 ほか

文化センター
↓
信貴山のどか村
(散策)
↓
三輪山本
(昼食)
↓
藤原宮跡花園
(散策)
↓
道の駅かつらぎ
(休憩)
↓
文化センター

◎日 時 令和7年3月31日(月)

午前9時00分 伏原文化センター出発

◎参加費 620円(入園料・高速代)

・参加費には、昼食代は含まれていません。「三輪山本お食事処」で各自での注文・支払いになりますのでご了承ください。

◎募集人数 先着18名

(定員になり次第締め切らせていただきます)

◎持ち物 お茶等必要と思われるもの

◎申込方法 伏原文化センターへ参加費を添えてお申し込みください。

☆申込時に氏名・住所・生年月日・電話番号をお尋ねします。

◎申込受付 令和7年3月3日(月) 午前8時30分から
(1人につき2名まで申込可)

満開の菜の花が見えればうッキー

【巡回職業相談】

令和7年3月 **25**日(火)

午後2時~午後3時30分

伏原文化センター1階 相談室

※「フレッシュ求人」は、毎週月曜日に発行される予定です。文化センター・ふれあい館に常設していますのでご利用ください。

旬の食材

昔から「春は苦いものを食べよ」と言われています。苦みのある山菜には、ミネラルやポリフェノールなど、細胞を活性化させる成分が多く含まれています。冬から春へ体も活動するための準備を始めるこの時期にふさわしい食材だそうです。



令和7年度 教室案内



◎健康体操教室

日 時 毎週火曜日(月4回)
午後1時30分～
講 師 篠田 美幸 先生
場 所 2階 会議室

◎手芸教室

日 時 第2木曜日
午後1時～
講 師 岡本 峯代 先生
場 所 1階 会議室



◎生花教室

日 時 第4金曜日
午後1時30分～
講 師 倉田 澄子 先生
場 所 1階 会議室

◎パイルコラージュ教室

日 時 第1・3金曜日
午後1時30分～
講 師 谷川 嬢子 先生
場 所 1階 会議室

◎写真教室(写楽)

日 時 第3木曜日
午後1時30分～
講 師 三島 英雄 先生
場 所 1階 会議室

◎絵てがみ教室

日 時 第1木曜日
午後1時30分～
開催月 年6回
(4, 5, 6, 10, 11, 12月)
講 師 西岡 正琢 先生
場 所 1階 会議室
材料費 1回 200円
(用紙・色紙等代金)
※4月教室時に年間合計材料費
200円×6回=1,200円を
集金させていただきます。

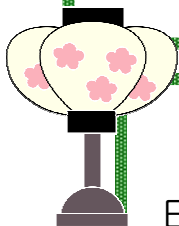
◎健康教室

日 時 第4金曜日
午後1時30分～
講 師 中谷 恵子 先生
場 所 2階 会議室



◎書道教室

①日 時 第1火曜日
午後1時30分～
②日 時 第3水曜日
午後1時30分～
講 師 諏訪原 恵子 先生
場 所 1階 会議室



●まず、伏原文化センターにお
問い合わせください。
定員になっている教室への参
加はできない場合があります。
ご了承ください。

啓蟄(けいちつ)

「啓蟄」とは、冬ごもりをしていた虫たちが、次第に暖かくなってきたことで活動を開始する頃のことです。「啓」には、開くという意味があり、「蟄」には虫が土の中などに隠れている様子があるため、これらを遭わせることで土に隠れていた虫たちが出てくることを表現しているようです。

お彼岸

お彼岸の時期は年に2回あります。春分の日と秋分の日を中日として、前後3日ずつの計7日間ずつです。お彼岸をきっかけに、遠くに住む家族に会うこともあります。めったに会えない家族がいるなら、先祖や家族のことを考える特別な時期になることでしょう。先祖や終活について考える時期にすると有意義ですね。

ことわざ豆知識

も

物も言いようで角が立つ

(読み方：ものもいいようでかどがたつ)

●人に何かを伝える場合、言い方によっては、相手の気持ちを不快にさせたりおこらせたりすることがあるということ



* 3月の行事予定 *



月	火	水	木	金	土	日
					1	2
ハイキング 申込受付開始						
3	4	5	6	7	8	9
大正琴サークル13:30 	体操教室13:30 書道教室①13:30	JA紀北川上女性会13:30 啓蟄		パイル教室13:30		
10	11	12	13	14	15	16
	体操教室13:30		手芸教室13:00			
17	18	19	20	21	22	23
大正琴サークル13:30 彼岸	体操教室13:30	書道教室②13:30	春分の日	パイル教室13:30		
24	25	26	27	28	29	30
	体操教室13:30 職業相談14:00	写真教室13:30		生花教室13:30 健康教室13:30		
31						
●わくわく交流会						