



# 2020年12月ゆめぷらっと小城館内イベント

更新日  
11月26日

住所：佐賀県小城市小城町253-21  
電話：0952-37-6601  
FAX：0952-37-6602  
メール：info@yumeplatog.com

※新型コロナウイルス感染防止のため、マスクの着用や手の消毒等のご協力をお願いします。

## 小城 まちなか 保健室

令和2年度 市民講座 まちの元気塾 No.26

主催：ゆめぷらっと小城  
協力団体：だいでんケアネットワーク  
後援：多久・小城地区医師会

どこで、どんな人に相談したらいいのかわからない、困ったときは・・・小城まちなか保健室で相談してみませんか？

### 無料

小城まちなか保健室とは、子どもから高齢者まで、健康や暮らしのことなどを、専門のスタッフが相談にのり、リラックスしてお話できる場所です。

- ◇相談コーナー  
健康、医療、介護、子育て、がん、難病、認知症など気になること・困ったことなど 医師や看護師、薬剤師、栄養士など、専門のスタッフが相談にのります。
- ◇サロンコーナー  
お茶を飲みながら、おしゃべりも楽しめます。「ボランティアえがお」が、お手伝いします。
- ◇介護予防体操  
健康運動士が、介護の方法や予防体操を指導します。
- ◇認知症予防  
認知症予防のためのお役立ち情報をスタッフがご教えます。

2020年 日程 **12月8日(火)**  
時間 **10:00～15:00**  
場所 **ゆめぷらっと小城 1F 研修室**  
小城小町 253-21 TEL 0952-37-6601

お問い合わせ先  
ひらまつクリニック内地域包括ケア推進室  
TEL 0952-72-8650

1日(火)	
2日(水)	
3日(木)	
4日(金)	
5日(土)	
6日(日)	
7日(月)	
8日(火)	まちの元気塾 小城まちなか保健室 10:00～15:00
9日(水)	
10日(木)	
11日(金)	
12日(土)	
13日(日)	まちの元気塾 手づくり! X'masテーブルリース教室 13:00～16:00 おぎの未来デザイン 13:00～16:00
14日(月)	
15日(火)	
16日(水)	まちの元気塾 第3回みんなの健康講座 10:00～12:00
17日(木)	
18日(金)	
19日(土)	まちの元気塾 お正月のしめ縄作り教室 9:30～12:30 オレンジカフェ 13:30～15:30
20日(日)	
21日(月)	
22日(火)	
23日(水)	
24日(木)	
25日(金)	
26日(土)	
27日(日)	
28日(月)	ま・まんでいカフェ 10:00～19:00
29日(火)	
30日(水)	<b>年末年始のため</b>
31日(木)	<b>1月3日まで休館</b>

## 手づくり! X'mas テーブルリース教室

令和2年度 市民講座 まちの元気塾 No.26

今年のクリスマスは、テーブルリースを作ってみませんか? ヒノキに、生花・松ぼっくり・姫りんごなど、本物の材料を使い素敵に仕上がります。オリジナルのテーブルリースで、いつもとはちがうX'masを迎えましょう。もちろんお持ち帰りいただけますので、大切な人へのプレゼントやおうちに飾ってみてはいかがでしょうか。お友達同士、親子で一緒にぜひ、ご参加ください。お待ちしております。

高さ 50cm前後

リースづくり指導  
英国スタイルの花 スイレンの会 **毛利 美奈子先生**

※小学生以下の参加の場合は、1名の同伴者の参加をお願いします※

2020年 開催日 **12月13日(日)** 時間 **13:00～16:00**  
場所 **ゆめぷらっと小城 1F 研修室**  
募集人数 **10組** 参加費 **2,500円**

剪定ばさみ、エブロン、筆記用具を持参のうえ、ご参加ください

お申し込み・お問い合わせ  
お気軽にこちらの窓口へお申込みください。お電話でもお待ちしております。  
連絡先 **ゆめぷらっと小城 管理室** (担当:北村・東島・八木)  
〒845-0001 小城市小城町 253-21 TEL 0952-37-6601

## おぎの未来デザイン NewNormal(新しい生活様式)な市民活動

～繋げるためにつながる～

With コロナにおける社会の変化や、新しい生活様式(オンライン)など、どんな風に市民活動に取り入れていくのかを学びましょう!

2020年 日程 **12月13日(日)**  
時間 **13:00～16:00**  
場所 **小城まちなか市民交流プラザ 『ゆめぷらっと小城』**  
天山ホール 小城小町 253-21  
TEL 0952-37-6601

申込先: 小城市民活動センター(月曜日休館日) 10時～19時受付

講師: 中島 有美氏  
株式会社アランド代表取締役  
大学卒業後、金融、医療、介護業界を経て、企業役員として勤務。航空業界特有の人材育成とチームビルディングのメソッドを体験。0年間の専業主婦生活を2019年に終了。経営者として、コミュニティ活動などの研修講師となり、年20回ほどの講演、研修、コンサルティングを行い人材開発、組織構築に携わる。令和元年度佐賀さきこう賞(女性活躍部門)を受賞。

スケジュール  
13:00～13:35 開会  
13:35～14:30 トークセッション  
14:45～16:00 対話ワークショップ / 小城ファシリテーション研究会

小城市内の市民活動団体紹介ブース設置  
日時: 12/8(火)から12/22(火)まで  
10時～19時  
場所: 小城市民活動センター内

受付・問合せ先  
小城市民活動センター  
小城小町 253-21  
ゆめぷらっと小城 1F  
TEL: 0952-37-6601  
小城市民活動センター  
小城小町 253-21  
TEL: 0952-37-6115

※一時休業の利用を希望される場合は、12月4日(金)までにお申込み下さい。

## 肩こり 腰痛 頭痛はありませんか

### みんなの健康講座

どんな方でも加齢や筋力低下により運動機能に不調が出てきます。弱った体を一緒に、健康な体づくりをしましょう。まちの元気塾では、体のゆがみを直す体操や改善法を実施します。

各種手技療法による  
・肩こり ・首こり  
・腰痛 ・膝痛  
・頭痛  
などの相談や改善法

講師: 中島カイロプラクティック  
中島 義明氏(小城町西小路在住)

どなたでもお気軽にご参加ください。 ●参加無料

下記の日程で開催

開催日 2020年 10月29日(木)  
11月18日(水)  
12月16日(水)

時間 10:00～12:00

場所 ゆめぷらっと小城 1階 研修室

持参品 フェイスタオル、(バスタオル可)、筆記用具

【お問合せ】  
ゆめぷらっと小城 管理室 (担当:八木・北村・東島)  
〒845-0001 小城市小城町253-21 TEL: 0952-37-6601

## お正月の しめ縄作り教室

令和2年度 市民講座 まちの元気塾 No.27

手作りのしめ縄を作りませんか!

しめ縄作り指導  
わら細工愛好会

お正月には欠かせない『しめ縄』をご自身で作ってみませんか? お正月行事は、年神様という新年の神様をお迎えるための行事です。年神様は家々にやってきて、生きる力や、幸せをさすけてくださると考えられています。そこでお正月が近づくと、しめ縄や、しめ飾りを飾り、年神様を迎える準備をします。今回は、わら細工愛好会のみなさんご指導のもと、しめ縄作りができます。ぜひ、しめ縄作りに参加しませんか。どうぞ、お気軽にご参加ください。

2020年 開催日 **12月19日(土)** 時間 **9:30～12:30**  
場所 **ゆめぷらっと小城 1F ギャラリー**  
募集人数 **20名** 参加費 **500円** 持参品 **はさみ**

小学生以下の参加の場合は、同伴者の参加をお願いします。ただしコロナ感染対策のため、会場が密にならないよう、同伴者は1名に限らせていただきますのでご了承ください。また、参加者は、必ずマスクの着用をお願いします。

お申し込み・お問い合わせ  
お気軽にこちらの窓口へお申込みください。お電話でもお待ちしております。  
連絡先 **ゆめぷらっと小城 管理室** (担当:北村・東島・八木)  
〒845-0001 小城市小城町 253-21 TEL 0952-37-6601

## 予告

### おかげさまで開館5周年

# ありがとう 感謝祭

## ガラポン大抽選会を開催

期間中に、ゆめぷらっと小城へご来場された、すべての方が、ガラポン抽選会に参加できます。(1人、1日、1回)  
たくさんのおみなさまのご来場お待ちしております。

ゆめぷらっと小城は、2016年(平成28年)1月4日にオープンして、来年2021年(令和3年)1月おかげさまで5周年を迎えます。5年間、これまでのご利用に感謝いたしまして、『ありがとう感謝祭』を開催いたします。

開催日 2021年 **1月4日(月)・5日(火)・6日(水)・7日(木)・8日(金)**  
館内1F 小城空路 特設会場にて 先着 **2500名**(5日限) **10:00～17:00**  
ゆめぷらっと小城 管理室  
小城まちなか市民交流プラザ 小城小町 253-21 TEL 0952-37-6601