

心道会館だより 2018. 1 月号

～心道会館は個人でも団体でもご利用頂ける、剣道場と柔道場のある会館です。～

発行元: 三田市心道会館

指定管理: 株式会社 清光社

〒669-1533 三田市三田町 19-33 FAX/TEL079-559-0771

HPアドレス <http://www.shindokaikan.com>



新年あけましておめでとうございます 🎆

本年もどうぞよろしくお願ひ申し上げます



心道会館は、みなさまの心身の健康な発達や市民相互の交流、文化の向上など健康増進に寄与するための公共施設です。団体のみなさまも個人の方もお使いいただけます。施設の空き状況はHP（三田市心道会館で検索）でもご覧いただけます。ご不明な点はお気軽にお問い合わせください。本年もみなさまのご利用をお待ちいたしております。

◆ 1月の予約状況 ◆

	9時	10時	11時	12時	13時	14時	15時	16時	17時	18時	19時	20時	21時
休館日	① ②	1/1(月)～1/4(木)・1/9(火)・1/15(月)・1/22(月)・1/29(月)											
火	① ②	ひまわり体操		三田睦会(踊り)						尚勇館(剣道)		三田少年柔道	
水	① ②	太極拳								宮野道場(空手)		北神柔道少年団	
木	① ②	鈴の会(踊り)								居合道(隔週)		居合道(隔週)	
金	① ②	剣詩舞(踊り)		体操						合気道		鈴の会 ゆりのき柔道	
土	① ②	太極拳(第4のみ) 少林寺9～11				神空会(空手)		杖道		テコンドー			
	②	ゆりのき柔道		北神柔道少年団		総合格闘技		心道館少年柔道					
日	① ②	週により 居合道・居合術								不動館(空手)			
	②	心道館少年柔道		合気道		北神柔道少年団		凜心会					

☆予約状況は日々更新していますので、お電話またはHP(三田市心道会館)にてご確認ください。

☆フロア利用料は9:00～17:00までが1時間500円 17:00～21:00までが1時間600円です。

尚、市外の方はご利用料金が倍額になります。

キャンセル料について 利用日の3日前までは無料、利用日の2日前から全額いただきます。

月曜日は休館日(祝日の場合は開館、火曜日が休館)ですので、ご注意ください。

活動グループの紹介

三田陸会

活動日時 毎週火曜日

12:30~15:30

私たちのグループは、少人数ではありますが、踊りの稽古に励んでおります、楽しい会です。

年間、数回、神戸の舞台に出演させて頂いたり地域のボランティアとして参加させて頂いています。

踊りに興味のある方は、教室を覗いてみてください。お待ちしております。



～お問い合わせ～ ☎ 079-562-6548(中尾)

～春の七草・七草がゆ～

1月7日「人日（じんじつ）の節句」に七草がゆを食べる風習があるのはご存知ですよ。

「せり・なずな・ごぎょう・はこべら・ほとけのざ・すずな・すずしろ春の七草」こんな風に覚えた方もいらっしゃるのではないのでしょうか。七草それぞれには、身体に良い効果が含まれ、飲んだり食べたりで疲れている正月明けの胃腸にもやさしい食べ物です。

最近では、スーパーで、「七草がゆセット」として売られており、手軽に味わえるようになってきました。

胃腸にやさしい七草がゆを食べて、新しい年も元気にスタートをきりましょう。

