

4月の あまな茶屋

4月23日(木)
8:30~12:00

参加費：300円

※名物だんごを準備します

おきな茶屋はじまるよー (^o^)/

今月は市内探訪バス遠足です！

今年はどこに行こうかな？

桜、咲いているといいですねえ

迎えに行きま〜す



※バス時間に変更があります

裏面を確認してください

◎参加について

- ・ 4/7まで参加連絡ください。
- ・ 一日保険を掛けますので、欠席する場合は必ず連絡をお願いします。
- ・ 裏面に迎えのバス時刻があります。

◎申し込み・問い合わせ

猪股（代表）：22-2783

小野：23-3223

加藤：22-2743

宮沢地区公民館：22-0433

おもしろいよ〜



皆で来てける〜



主催 ボランティア団体「はなみずき」

共催 宮沢地区公民館 宮沢地区振興連絡協議会

2026.4.1

バスのお迎え時間

◆正巖→安久戸→正巖→丹生

正 巖・高橋さん宅前	8:30
安久戸・県道安久戸十字路	8:35
安久戸・菅野さん宅前	8:35
正 巖・正巖裏宿バス停	8:40
正 巖・ベニバーズさん前	8:40
正 巖・倉金さん宅前	8:40
丹 生・丹生3バス停	8:40
丹 生・大山さん宅前	8:45
丹 生・丹生東バス停	8:50

◆市野々→岩谷沢→関谷→高橋

市野々・バ ス 停	8:30
岩谷沢・バ ス 停	8:35
関 谷・上関谷バス停	8:40
関 谷・関谷バス停付近	8:40
高 橋・押切さん宅前	8:45
高 橋・高橋さん宅前	8:45

◆押切→中島

押 切・駐在所前	8:50
押 切・郵便局前	8:50
中 島・片倉さん宅付近	8:55

体の調子を整えよう！

ヨガ教室

※4月のみ8・15日

毎月 第2・4水曜日 10:00~11:00

場 所； 福祉交流センター（旧高橋保育園）

参加費； 1回 500円

- ・講師は古澤絵里先生（国際ヨガ協会会員）
- ・いつでも参加できます。

オモテ面の連絡先までお電話ください。

はじめの人も大丈夫！
お気軽に「ご」参加ください！



もちもの

- ①ヨガマット
なければバスタオル
- ②動きやすい服装