

発表プログラム (研修室 3)

7 日(土)

- 10:10~10:35 ベティクラブ【リズム体操・椅子を使って体を動かす／体験あり】
- 10:35~10:50 ゆったりヨガクラブ【ヨガの実演】
- 10:50~11:20 プメハナ【フラダンス】
- 11:20~11:50 ポール de 歩こう ノルディック・ウォーク岸和田
【ノルディック・ウォークの紹介・実演】
- 11:50~12:15 岸和田そ〜りゃ地車人【よさこい鳴子踊り 演舞】
- 12:15~12:30 ポンポン弾んでバランスボールエクササイズ!【音楽に合わせて】
- 休憩 (15 分)
- 12:45~13:15 詩吟クラブ【漢詩や和歌の吟詠】
- 13:15~13:25 大宮校区シニアクラブ【コーラス】
- 13:25~13:50 岸和田女性会議【ゴミの分別】
- 13:50~14:05 レインボーカフェ in 岸和田【LGBTQ 活動・支援報告】
- 14:05~14:35 着付けクラブ【帯結び】

8 日(日)

- 10:00~10:30 さくやこのはな【令和の性教育って♡〜地域の子どもや孫たちに「だいじ
だいじ」なことの伝え方〜】
- 10:30~10:50 気功クラブ【気功(呼吸法)・気功棒を使用しての実演】
- 10:50~11:10 ハイビスカス【ハワイアンフラダンス】
- 11:10~11:30 極美クラブ【簡化 24 式太極拳・八段錦・楊式太極拳】
- 11:30~11:55 美しい日本の歌 さくら会【合唱 (4 曲)】
- 11:55~12:10 足から鍛える男のストレッチ講座【椅子に座ってストレッチ】
- 休憩 (15 分)
- 12:25~12:55 着物サロン【着付け・帯結びの説明及び実装】
- 12:55~13:25 ヨーガクラブ【ヨガの実演/体験あり】
- 13:25~13:55 二胡を楽しむ会【二胡の演奏】

令和 8 年度

男女共同参画センター・ 大宮地区公民館合同まつり

11/ 7 (土) 10:00~15:00

(10:00~ 開会宣言)

11/ 8 (日) 10:00~14:10

(14:10~ 閉会宣言)

お問合せ：TEL072-441-2535

〒596-0042 岸和田市加守町 4 丁目 6-18



●**駐車場のご案内**●
台数に限りがありますので、できる限り他の交通手段でお越しください。
なお、当日はセンターに駐車できません。
下図の臨時駐車場をご利用ください。

周辺詳細図

