



March 3 2020



sun	mon	tue	wed	thu	fri	sat
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20 春分の日	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

展示

2/25(火)～3/8 (日)

～豊北高校74年のあゆみ展～

時間：13:00～18:00

※ 2日 (月) 休館

※ 金曜日は19:00まで

場所：ギャラリー夢ロード

入場料：無料

主催：山口県立豊北高等学校

74年のあゆみ実行委員会

北高夢ロード実行委員会

問合せ：083-782-0023



体操

3/2(月)

玄米ニギニギダンベル体操

～健康はバランスの良い食事と運動～
みんなで楽しく元気になろう！

時間：13:30～15:00

場所：しものせき市民活動センター
中会議室

参加費：500円 (資料代他)

主催：山口スマイルクラブ

問合せ：083-259-8110 (加藤)

英語スピーチ

3/4 (水) ・ 18(水)

楽しく英語スピーチを学ぼう！

時間：18:30～20:30

会場：梅光学院大学 本館5階 502教室

会費：入会金 3,000円

[半年] 一般 8,000円・学生 6,000円

*見学無料

主催：下関トーストマスターズクラブ

問合せ：080-4266-9843

女の春まつり

3/7 (土)

時間：10:00～16:00

場所：シーモールホール

内容：軽食コーナー (くじら汁 他)

販売コーナー (新鮮野菜 他)

アトラクションコーナー

喫茶コーナー (焼き菓子とコーヒー)

無料相談コーナー (行政書士)

*餅まき (15:00頃予定)

参加費：無料

共催：下関市女性団体連絡協議会

読書

読書ソムリエ

～持ち寄り本の集い
☆聞かだけの人も本を楽しめる



- 3/ 7(土) 川中公民館
3/10(火) 彦島図書館 2階
3/17(火) 勝山公民館
3/21(土) 中央図書館 4階
3/26(木) 小月公民館

時 間：13:30～
参加費：無料（見学自由）
主 催：本好きを支える会
問合せ：090-6848-6680（田中）

ウォーキング



3/7(土) 一般向き 10km

下関歴史めぐり

JR幡生駅10:10集合→10:20スタート→
生野町→山の田→中山神社→考古博物館
(昼食)→有富→ゴール/JR新下関駅14:00

昼 食：各自持参(コース上にコンビニあり)
参加費：一般 300円 他協会員100円

3/29(日) 一般向き ①6km ②13km
健脚向き 17km

門司港・白野江植物園

JR門司港駅 9:40集合→9:50スタート→
錦町→桜旧トンネル→黒川→①ゴール/
白野江植物園11:30(昼食・園内散策)→佐用
峠→清見公園→甲宗神社→和布刈→関門ト
ンネル人道→②ゴール/みもすそ川14:10
→唐戸→③ゴール /エキマチ広場15:20

昼 食：各自持参(コース上にコンビニあり)
参加費：一般 300円 他協会員100円

主 催 下関ウォーキング協会
問合せ 090-5267-0915（松岡）

3/14 (土)

「介護予防のためのサロン」へのおさそい

内 容：リズム体操/健康講話/筋力トレー
ニング/レクレーション他

時 間：10:00～14:00

場 所：下関市立大学 体育館

参加費：1,200円（弁当代）*要予約

- ・運動しやすい身軽な服装でおいでください
- ・室内シューズを持参ください

主 催：高齢社会をよくする下関女性の会
(ホーモイ)

申込み 083-253-6922（野村）



3/14 (土)

ジャガイモ植え付け

～ふれあい農園・令和1年度体験交流会～
大人・子どもさんどなたでも参加できます

時 間：10:00～

※雨天の場合は15日(日)

場 所：ふれあい農園（貴船町4丁目）

駐車場：「児玉マンションの駐車場」

*作業が出来る服装・履物でお越しください

主 催：中東地区まちづくり協議会

申込み：FAX 083-250-8380（事務局）

3/17 (火)

ようこそ！関門が織りなす歴史と
文化を語り継ぐ 下関夜話会へ

時 間：10:00～11:30

会 場：亀山八幡宮儀式殿

演 題：長州軍・大村益次郎の英断英知術

講 師：松前了嗣氏（防長史談会山口 支部長）

参加費：一般300円 年会費3,000円

主 催：下関東部の文化財を見直す会

問合せ：083-231-1323（磯部）

090-5698-2034（井手）



3/18 (水)

玄米ニギニギダンベル体操

1日15分で絶大な効果のあるダンベル体操
明日を生き抜く健康づくりに役立てましょう!

時 間：13:30~15:30

場 所：しものせき市民活動センター
大会議室

参加費：500円 (資料代他)

主 催：玄米ニギニギダンベル体操

問合せ：083-253-1665 (日吉)



3/22 (日)

フットケアの日 in 下関

自分の足を見つめてみませんか?

時 間：10:00~15:00

場 所：下関市勤労福祉会館 4階ホール

内 容：看護師による足の爪ケア他
歩き方講座 (11:00~限定20名)

参加費：無料 (予約不要/当日整理券配布)

共 催：下関フットケアの会

問合せ：083-254-1110

春のハイキング

3/22 (日)

〈約4.5km〉

2020 川棚温泉観光ボランティアガイド
と歩く「秋田山荘水辺の小径」

時 間：集合10:00 (川棚の杜)

解散12:00 (川棚の杜)

内 容：秋田山荘跡を中心に湯町の水辺を
めぐります

募 集：40名 ※小雨決行・雨天中止

参加費：500円 (ガイド代、資料・保険代)

主 催：川棚温泉観光ボランティアガイドの会

申込み：083-774-3855 (川棚の杜)

〈一週間前まで〉

神楽舞と朗読劇

3/22 (日)

うらやす物語

~ふるさとの神話~

時 間：11:00 / 14:00

会 場：下関市立豊北歴史民俗資料館

太翔館 2階講堂

内 容：1部 浦安の舞

2部 朗読劇

その壱「アメノイウト」

その弐「はまいで」

その参「関門海峡満珠千珠の島」

入場料：500円 (全席自由)

協 力：下関リーディングの会

問合せ：083-268-1668

3/27 (金)

ニューモラルの集い

時 間：14:00~15:30

会 場：ふくふくこども館

テーマ：『つながり』

参加費：無料 (ご自由に参加ください)

主 催：下関モラロジー事務所

問合せ：083-222-0025 (原田)

