

♪ 公民館特別企画講座 参加者募集 ♪

①②③いずれも電話または来館にてお申し込みください。(33-5561)

交通手段のない方を送迎します。お申し込みの際にお伝えください。

① 賭けない・吸わない・飲まない ～健康まあじゃん講座～

日 時:6月17日(月) 13:30～

場 所:磯部コミュニティーセンター

定 員:12名程度

講 師:鈴木 裕 氏

参加費:無料



② 日立木・磯部公民館合同 キレイはつくられる! ～健康づくり栄養講座～

【テーマ】①見た目が若い人の特徴 ②止められる老化

③老化のスピードを遅らせるための自分の弱点チェック

日 時:6月28日(金) 10:00～

場 所:日立木公民館

講 師:明治安田生命

参加費:200円(おやつ代) 当日徴収

※講座で紹介する体に良い飲み物とおやつをご準備します。

対 象:どなたでも

定 員:12名程度

準備物:筆記用具

③ フラワーデザイン体験講座 ～パフュームボトルアレンジ～

飾って可愛い香水の形です。お好みのフラワーカラーで華やかにアレンジしてみませんか!

プリザーブドフラワーとアーティフィシャルフラワーを使用します。

日 時:7月5日(金) 13:30～

場 所:磯部コミュニティーセンター

定 員:12名程度

講 師:上田 純子 氏

参加費:2,800円(材料代) 当日徴収



磯部公民館だより

令和 6 年 6 月号

令和6年6月1日
相馬市磯部公民館
〒979-2501
相馬市磯部字狐穴
647番地の4
電話番号
33-5561

6月の教室・講座等予定

※予告なく変更となる場合があります

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	6	7	8
グラウンドG 13:30	カラオケ 9:30 パッチワーク 9:30 ハーモニカ 13:30	ピンポン 9:00		パークG 9:00 民舞踊 9:30	太極拳 9:30	
9	10	11	12	13	14	15
グラウンドG 13:30	3B体操 9:30	ピンポン 9:00		パークG 9:00 民舞踊 9:30	太極拳 9:30	
16	17	18	19	20	21	22
グラウンドG 13:30	カラオケ 9:30 パッチワーク 9:30 ハーモニカ 13:30 健康まあじゃん 13:30	ピンポン 9:00	編み物 9:30	パークG 9:00 民舞踊 9:30 お茶 13:30	太極拳 9:30	
23/30	24	25	26	27	28	29
グラウンドG 13:30	3B体操 9:30	ピンポン 9:00 トルベイント 13:30		パークG 9:00 民舞踊 9:30 オレンジカフェ 14:00	太極拳 9:30 健康づくり 10:00 栄養講座 10:00	

クーリングシエルトー

暑い日は我慢せず涼みにきてください



磯部公民館各教室 開講式（前半）

各教室の開講식을順次行い、今年度の教室活動が本格的に始まりました。まだ、定員に達していない教室は見学できますので気軽に公民館までお問い合わせください。



民舞踊教室



パークゴルフ教室



カラオケ教室



3B体操教室



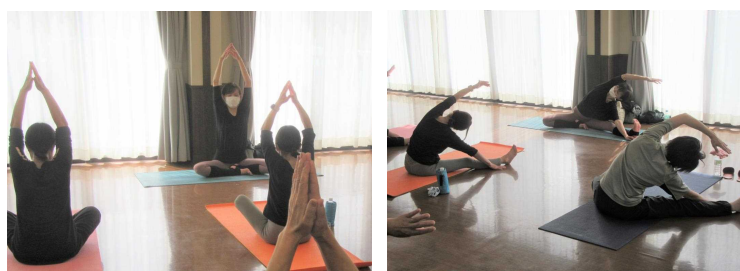
太極拳教室



健康ピンポン教室

第2回 春のヨガ講座 開催しました

5月9日、講師に五十嵐紘子氏を迎え第2回春のヨガ講座を開催しました。講師の丁寧な教えのもと体をほぐしながらリラックスする時間を過ごしました。参加者からは「体が軽くなった」、「体の伸びを感じることができた」、「気持ち良かった」などの感想がありました。



パークゴルフ教室 月例大会

ハンデ戦：敬称略

順位	氏名
1位	寺島 徳男
2位	矢吹 公一
3位	狩野 安夫
3位	前田 延弘
3位	一條 静子
ベスグロ	寺島 徳男 (97)
ベスグロ	寺島 啓子 (106)
ホールインワン	狩野 安夫
	寺島 徳男

5月16日、松川浦パークゴルフ場にて開催されました。結果については次のとおりです。



5月11日、磯部小・中学校の大運動会が開催されました。徒競走・玉入れ・綱引き・リレーなど各競技や演技が披露され、中学生が小学生を誘導するなど、地域の子どもたちがひとつになつて運動会をスムーズに進行していました。

磯部小・中学校 大運動会

