

♪ 公民館特別企画講座 **参加者募集** ♪

①②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 身体が喜ぶ **～秋のヨガ講座～**

●日 時：10月31日(木)・11月14日(木) 両日 13:30～

●場 所：磯部コミュニティセンター ●定 員：12人程度 ●参加費：無料

●講 師：五十嵐 紘子氏 ●準備物：ヨガマット(飲み物、タオルなど)

※両日ともお申し込み可能です。

※ヨガマットは貸出できますが数に限りがあります。

② 磯部・日立木公民館合同 **～のんびりウォーキング講座～**

歩きに自信のない方でも大丈夫!自分のペースでゆっくり歩けます。



●日 時：11月5日(火) 9:00出発

●場 所：四季の里 緑水苑 ●定 員：25人程度(先着順)

●参加費：500円(入場料)前日までお持ちください。

※昼食は苑内で各自自由となります。

磯部公民館だより

令和6年10月号

中央公民館主催 **～家庭教育講座～** 開催します。

●10月19日(土)第1回 子どもの「自己肯定感」と「数値化できない力」を育む

●11月2日(土)第2回 子どもの睡眠と健康

●時間：13:30～15:30 ●人数：各30名(先着順) ●参加費：無料

●会場：中央公民館(千客万来館)1階会議室

●申込方法：QRコードまたは電話にて

●申込・問い合わせ先：中央公民館(☎ 37-2198)



令和6年10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

10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
		ピンポン 9:00		パークG 9:00 民舞踊 9:30 お茶 13:30	太極拳 9:30	編み物 9:30
6	7	8	9	10	11	12
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 お菓子づくり 9:30	ピンポン 9:00		パークG 9:00 民舞踊 9:30	太極拳 9:30 介護予防講習会 14:00	
13	14	15	16	17	18	19
グラウンドG 13:30	スポーツの日	ピンポン 9:00		パークG 9:00 民舞踊 9:30	太極拳 9:30	
20	21	22	23	24	25	26
グラウンドG 13:30 そば打ち 9:30	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 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	
27	28	29	30	31		
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 ヨガ講座 13:30		

## 大人の工場見学講座 開催しました

9月6日、磯部・日立木公民館合同企画「大人の工場見学講座」を開催し、コカ・コーラボトラーズジャパン蔵王工場に行ってきました。スライド上映や製造工程などを見学してきました。



## スマホ講座 開催しました

8月28日、スマホ講座を開催しました。インターネットの使い方や災害時の情報収集、安否確認などを学びました。参加者からは、「わからなかった事が知れてためになりました」「詳しく教えていただきました」などの感想がありました。



## 磯部地区ふれあい敬老会・教室発表会 開催

9月14日、磯部地区地域ふれあい敬老会、教室発表会が同時開催されました。図書室にはパッチワーク・編み物・トールペイントの各教室生の作品が色とりどりに展示され、アトラクションでは、カラオケ・民舞踊・太極拳・3B体操・ハーモニカの各教室生が日頃の学習の成果を発表しました。敬老会・発表会の様子は、公民館館内に写真を掲示していますので、みなさんぜひ見にお越しください。

