

第1回八幡地区ふれあい敬老会・公民館まつり開催

今年度より、ふれあい敬老会と公民館まつりを合同で開催しました。

開会前には台地区の御手神楽をご披露いただき、初めに実行委員長があいさつをし、次に来賓の立谷市長及び荒秀一県議があいさつをしました。市長にはあいさつとともに、カラオケを披露していただき、敬老会を大いに盛り上げていただきました。

その後、アトラクションが実行され、玉野・山上公民館教室の皆さんのスコップ三味線や八幡公民館教室の安来節教室のどじょうすくい、歌声教室のコーラス「Believe」などが実行され、会場は拍手と笑顔に包まれました。

また、館内展示ではパークゴルフ教室や料理教室の写真、籐手芸教室の作品、地域の方々の工芸作品、加えて八幡小学校児童・同幼稚園園児による作品も展示され、来場者にお楽しみいただきました。



八幡公民館だより

令和7年
10月1日
☎ 35-2408

10月の予定表

令和7年度の全公民館だよりのQRコードです。ご利用ください。



日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
			健康診断 8:30	健康診断 8:30 ウォーキング 9:00 夜の卓球 19:00	卓球 9:30 フルート 13:30	民生児童委員会 9:30 科学フェスティバル 9:00
5	6	7	8	9	10	11
		パークゴルフ 9:00 3B体操 9:30	そば打ち講座9:00 はつらつ健康体操 13:30 華の道太極拳 18:30	歌声 13:30 夜の卓球 19:00	卓球 9:30 フルート 13:30	水墨画 9:30 化石を探検してみ隊 9:00
12	13	14	15	16	17	18
	スポーツの日 和布 9:30 ハーモニカ 13:30	パークゴルフ 9:00 移動教室 9:30 3B体操 9:30	そば打ち講座9:00 はつらつ健康体操 13:30 華の道太極拳 18:30	料理教室 9:30 夜の卓球 19:00	卓球 9:30 フルート 13:30	華の道太極拳 9:30
19	20	21	22	23	24	25
生花 18:00		パークゴルフ 9:00 3B体操 9:30 スマホ教室 13:30	はつらつ健康体操 13:30 華の道太極拳 18:30	リハビリテーション講習会 13:30 夜の卓球 19:00	卓球 9:30 パンづくり9:30 フルート 13:30	華の道太極拳 9:30
26	27	28	29	30	31	
親子うどん打ち 9:30	ハーモニカ 13:30	パークゴルフ 9:00 3B体操 9:30 安来節 13:30	はつらつ健康体操 13:30 華の道太極拳 18:30			

～手づくりパン教室～



**あんぱんとチーズパンをひとり3個ずつ作ります！
初心者でもおうちで簡単につくれるパンです！**



- ▼日 時：10月24日（金）9：30～11：30
- ▼場 所：八幡公民館（調理実習室）
- ▼人 数：8名
- ▼持参物：エプロン・三角巾・パンを持ち帰る入れ物
- ▼参加費：1,500円（材料費）
- ▼講 師：荒井 美紀子氏
- ▼申込先：八幡公民館（☎35-2408）



八幡・日立木公民館合同企画 ～親子うどん体験教室～

- ▼日 時：10月26日（日）9：30～11：30
- ▼場 所：日立木公民館2階 会議室
- ▼人 数：親子10組 各館5組ずつ
- ▼持参物：作ったうどんを持ち帰る箱・エプロン・三角巾・マスク・上履き
- ▼参加費：1組 600円
- ▼講 師：木村 貞夫氏
- ▼申込先：八幡公民館（☎0244-35-2408）
日立木公民館（☎0244-35-2901）



こちらのQRコードより
申込みできます。

～「化石を採検してみ隊」教室～

今年度10月11日（土）9:00～11:30まで「化石を採検してみ隊」を開催します。
採集場所は南相馬市原町区深野地内で化石採集を行います。

（雨天時は、屋内でレプリカ作りを行います。材料代として一人500円がかかります。）

- ▼人 数：20名（親子合計）※小学生2年生以下は、保護者同伴
- ▼申込先：電話もしくは八幡公民館に申し込み下さい。
- ▼交通手段：バスで移動（8:50八幡公民館集合）
- ▼準備物：ハンマー・軍手・ビニール袋・新聞紙・水筒・虫よけスプレー
- ▼服 装：長袖・長ズボン・長靴・帽子・タオル等

理学療法士による介護予防講習会 内容

- ①テーマ「自律神経って御存じでしたか？」
- ②骨太けんこう体操の実践（一部抜粋）
- ③質問コーナー

対象者 市内在住の65歳以上の方

持参物 水分補給用の飲み物、上履き

日 時 10月23日（木）14:00～15:00

場 所 八幡公民館 会議室

参加費 無料

申込先 八幡公民館 ☎35-2408

問い合わせ先 高齢福祉課 介護保険係

令和7年度 第2回相馬報徳講座

報徳記に学ぶ相馬の仕法

日時:10月14日（火）13:30～15:30

会場:中央公民館一階会議室

講師:相馬報徳社

遠藤 政弘 氏

定員:30名(先着順)

申込・お問い合わせ先:

相馬市中央公民館

TEL 37-2198

