回覧

中央公民館だより

令和8年
10月1日
第136号

第35回　令和8年度　中央公民館

学習展　開催

キッチンカーも来るよ！

みなさん来てね～♪

日 時：11月7日（土）
9時30分～16時00分
会場：相馬市中央公民館（千客万来館）

【作品展示】～1階～

- ◇手編み
- ◇絵手紙
- ◇火曜陶芸
- ◇いけばな
- ◇メロディ生け花
- ◇パッチワークキルト
- ◇中央スクール「わの会」
- ◇伝統文化こどもいけばな

～調理室～
わくわくこどもクッキング

- ◇クレイフラワー
- ◇書道
- ◇金曜陶芸
- ◇女性学びカフェ

【実技発表・体験】～2階～

- ◇ 9:30　ヨガ
- ◇ 10:00　チェアロビクス
- ◇ 10:30　3B体操
- ◇ 11:00　民謡手踊り
- ◇ 11:20　武術太極拳
- ◇ 11:50　ストレッチ体操
- ◇ 13:00　琴
- ◇ 13:30　太極拳
- ◇ 14:00　気功
- ◇ 14:30　健康吹矢
- ◇ 15:00　オカリナ
- ◇ 15:30　社交ダンス

① 第３回家庭教育講座

親子で考えるスマホ・ゲーム・AIとの付き合い方
～知っておきたいネットの現状と「スマホ脳」～

日　時：11月8日（日）10：00～12：00
場　所：中央公民館　１階会議室
対　象：子育て中の保護者および家庭教育に関心のある方、中高生
人　数：30名程度　　参加費：無料
講　師：医療創生大学教授　中尾　剛氏
申込方法：電話またはQRコードによる申込み

キッズスペースあります

② 第２回相馬報徳講座

二宮翁夜話について

～「二宮翁夜話」に学ぶ報徳の訓え編～

日　時：10月27日（火）13:30～15:30
場　所：中央公民館　２階会議室
対　象：市内に居住または勤務している方
人　数：30名（先着順）　　参加費：無料
講　師：相馬報徳社副会長　遠藤　政弘氏
申込方法：来館または電話での申込み

③ 手作りパン講座

『ベーグル＆ウインナーロールパン』

日　時：11月17日（火）9：30～11:30
場　所：中央公民館　調理室
対　象：市内に居住または勤務している方
人　数：8名　　参加費：1,200円（材料費）
準備物：エプロン、三角巾、持ち帰りの容器
講　師：荒井　美紀子さん
申込方法：来館または電話での申込み

キッズスペースあります

～企画講座①②③参加者　募集～

※募集期間は10月5日（月）から定員になり次第受付終了になります。
※参加にあたり、送迎が必要な方は申し込みの際に申し出てください。
※教室風景写真の一部は「公民館だより」や「市のホームページ、LINE等」に掲載を予定しています。ご了承ください。

問い合わせ先　中央公民館　☎0244（37）2198

市内9つの公民館だよりの閲覧はこちらから。



中村西部・中村中部地区地域ふれあい敬老会



9月12日（土）、相馬市民会館にて「令和8年度　中村西部・中村中部地区ふれあい敬老会」が開催しました。当日、地域の高齢者の方々が約210名参加されました。来賓の方々が人生の先輩を敬う挨拶と、市長が場を盛り上げる歌を披露されました。

その後、4団体がアトラクションを実施しました。「相馬チアリダーズ」が軽快で可愛らしいダンス、「民謡手踊り教室」が伝統を感じる演舞、「オカリナ教室」が奏でる心地よい音色、そして、「相馬高校相馬太鼓部」が迫力のある和太鼓の演奏を披露して、会場を大いに沸かせました。最期に、相馬の名産品が当たる抽選会を実施し、大変盛り上がった敬老会となりました。









相馬の歴史講座

～相馬藩の歴代藩主について編～を開催しました。

相馬中村藩主のお墓がある小高の同慶寺を訪問しました。

8月26日（水）参加者20名が、相馬藩歴代藩主のお墓がある同慶寺（小高区）を訪問しました。最初に、二宮尊徳側近だった伊東軍左衛門發身のお墓を見学しました。同慶寺の歴史について住職から話があり、歴代藩主とその妻の逸話、出来事、相馬藩政における意味などを講師から説明を受けました。当時の人々の息づかいを身近に感じ、相馬藩の歴史を体感する、歴史好きには大変すばらしい講座でした。





第2回　家庭教育講座　「大切な人を守る救急救命術」を開催しました。

9月6日（日）参加者13名が、相馬消防署の救急係「荒　和久　氏」を講師に迎え救急救命を学びました。講師の方から丁寧で分かりやすい説明を聞きながら、幼児、成人の人形で心肺蘇生法、AEDの使用法を体験しました。また、実際に119番に訓練として通報し、消防指令室からの電話サポートのシミュレーションも行いました。参加者の方からは、身近な人にも伝えたいとの話も聞かれ、緊急時に落ち着いて行動することの大切さを学んだ貴重な時間となりました。





