

各公民館の「公民館だより」が閲覧できます。下記のQRコードを読み込んでご利用ください。



♪ 公民館特別企画講座 参加者募集 ♪

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。

豆の豆知識・本格焙煎 ～珈琲講座～

日時:1月16日(火) 9:30～

場所:磯部公民館

講師:遠藤 貴則 氏

定員:8名程度

参加費:550円(材料費)当日徴収

準備物:筆記用具、エプロン



令和5年12月号

磯部公民館だより

出張 はまなす館カフェ ～健康座談会～

日時:12月28日(木) 14:00～15:30 参加費:無料

場所:磯部公民館 定員:15名(先着順)

【内容】講座…認知症サポーター養成講座

座談会…地域のお宝紹介

健康チェック…毛細血管をみてみよう

※お問合せ・申込み先:相馬市社会福祉協議会(☎36-5033)

※交通手段のない方には送迎を行います。気軽にご相談ください。

令和5年12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

12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 太極拳 9:30 | 2 |
| 3 グラウンドG 9:00 | 4 カラオケ 9:30 パッチワーク 9:30 健康まあじゃん 13:30 | 5 ピンポン 9:00 卓球 19:00 | 6 | 7 パークG 9:00 民舞踊 9:30 お茶 13:30 | 8 太極拳 9:30 | 9 |
| 10 グラウンドG 13:30 | 11 3B体操 9:30 | 12 ピンポン 9:00 卓球 19:00 | 13 羽子板 アレンジ 9:30 | 14 パークG 9:00 民舞踊 9:30 | 15 太極拳 9:30 羽子板 アレンジ 9:30 | 16 |
| 17 グラウンドG 13:30 | 18 カラオケ 9:30 パッチワーク 9:30 | 19 ピンポン 9:00 卓球 19:00 | 20 編み物 9:30 | 21 パークG 9:00 民舞踊 9:30 | 22 太極拳 9:30 | 23 |
| 24 グラウンドG 13:30 | 25 3B体操 9:30 | 26 ピンポン 9:00 トールペイント 13:30 卓球 19:00 | 27 | 28 パークG 9:00 民舞踊 9:30 健康座談会 14:00 | 29 休館 | 30 休館 |
| 31 休館 | | | | | | |

第2回 健康まあじゃん講座 開催しました

10月23日、第2回健康まあじゃん講座を磯部公民館会議室で開催しました。講師に鈴木裕氏を迎え、経験者の方が初心者の方に教えたりしながら和気あいあいと楽しんでいました。



理学療法士による 介護予防講習会 開催されました

11月9日、高齢福祉課主催の「理学療法士による介護予防講習会」が磯部公民館会議室で開催されました。公立相馬総合病院理学療法士の江井邦夫氏を講師に迎え、腰部脊柱管狭窄症と運動についての講話や骨太けんこう体操などを行いました。



第3回 手づくりパン講座 開催しました

11月21日、富田かおり氏を講師に迎え第3回手づくりパン講座を磯部公民館調理実習室で開催しました。今回は割包(カーパオ)・シンプルヤンニャムチキン・みるくわらびもちをつくりました。

この講座はオープンでつくる、フライパンで焼く、蒸し器で蒸すのスリーステップで、手づくりパンのいろいろな側面を体験して頂きたく企画したものです。先生には毎回1,000円で主役の手づくりパンとサイドメニューまで考案して頂き、参加者のみなさんに大好評でした。



第3回 スマホ講座 開催しました



11月1日スマホ講座を開催しました。第3回目は応用編のアプリと地図検索を学びました。

パークゴルフ教室 月例大会

11月9日、松川浦パークゴルフ場にて開催されました。結果については下記のとおりです。

ハンデ戦：敬称略

| 順位 | 氏名 | バスグロ(男) | 杉 幸男 (91) |
|-----|--------|---------|-------------|
| 1 位 | 佐藤 利男 | バスグロ(女) | 藤田 清子 (101) |
| 1 位 | 藤田 清子 | ホールインワン | 佐藤 利男 |
| 3 位 | 菅原 喜止雄 | ホールインワン | 杉 幸男 |

磯部小学校 創立150周年記念式

11月11日、磯部小学校創立150周年記念式典・記念講演が行われ、公民館では館長・前館長・民舞踊教室のみなさんが招待されました。児童たちによる演劇・合唱・合奏や神楽演舞などが披露されました。



磯部小・中学校 合同炊き出し訓練

11月22日、磯部小・中学校合同炊き出し訓練が行われました。災害時に野外で安全・迅速に調理し、食事を用意できる方法を身につけることや、進んで他の人々や地域の安全に役立つことができるようにすることなどが主な目的です。児童・生徒たちは、ビニール袋を使ったご飯づくりや豚汁、焼き芋などに取り組みました。

