

♪ 公民館特別企画講座 参加者募集 ♪

いずれも電話または来館にて申し込みください。(33-5561)  
交通手段のない方を送迎します。申し込みの際にお伝えください。

① ヨガ講座

日時:2月8日(木) 13:30~  
場所:磯部コミュニティセンター  
定員:10名程度  
講師:五十嵐 紘子 氏  
参加費:無料  
準備物:水、タオル、ヨガマット(お持ちの方)  
※ヨガマットがない方は貸出できます。申し込みの際にお伝えください。(貸出マットは数に限りがあります)

② そば打ち講座

日時:1回目 2月21日(水) 9:30~  
2回目 3月 6日(水) 9:30~  
場所:磯部コミュニティセンター  
定員:6名(先着順)  
講師:木村 貞夫 氏  
参加費:1,400円(そば粉代700円×2回分)  
※1回目の時に2回分を徴収します。  
準備物:エプロン、三角巾、持ち帰り用の箱

謹賀新年

明けましておめでとうございます。  
地域の生涯学習の拠点として、皆さまが生きがいを感じて学習できる環境づくりと各種の学習機会の提供、地域のコミュニティづくりに努めてまいります。  
新しい一年が皆さまにとりまして健康で幸多き年となりますようご祈念申し上げます。  
本年もよろしくお願いいたします。

磯部公民館



磯部公民館だより

令和6年1月号

令和6年1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

1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
	休館	休館	休館	パークG 9:00	太極拳 9:30	
7	8	9	10	11	12	13
グラウンドG 13:30	成人の日	ピンポン 9:00 卓球 19:00	カラオケ 9:30	パークG 9:00 民舞踊 9:30 お茶 13:30	太極拳 9:30	
14	15	16	17	18	19	20
グラウンドG 13:30	カラオケ 9:30 パッチワーク 9:30	ピンポン 9:00 珈琲講座 9:30 卓球 19:00	編み物 9:30	パークG 9:00 民舞踊 9:30	太極拳 9:30	
21	22	23	24	25	26	27
グラウンドG 13:30	3B体操 9:30	ピンポン 9:00 トルペイント 13:30 卓球 19:00		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	
28	29	30	31			
グラウンドG 13:30	パッチワーク 9:30 お菓子づくり 9:30	ピンポン 9:00 卓球 19:00				

## 第2回 料理講座 開催しました

11月25日、料理講座「ぱぱっと簡単クッキング」を開催しました。講師に矢作みゆき氏を迎え、旬の食材を簡単！ムダなく！美味しく！をテーマに7品の料理をつくりました。

- ☆山形風！芋煮♪すき焼き風の味付けが癖になる♪
- ☆鶏手羽のスペアリブ
- ☆簡単！ゆずジャム
- ☆サツマイモと豚肉の韓国風
- ☆スペアリブごはんのレタス包み
- ☆5分で出来る！柿の白和え  
♪ピーナッツバターと豆腐を混ぜるだけ♪
- ☆ゆず大根



## 第3回 健康まあじゃん講座 開催しました

12月4日、健康まあじゃん講座を開催しました。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。



## フラワーデザイン体験講座

### ～羽子板アレンジ～ 開催しました

12月13日・15日、フラワーデザイン体験講座～羽子板アレンジ～を開催しました。講師に上田純子氏を迎え、色とりどりの花を選び、講師の作品を参考にしながら華やかなオリジナル作品を完成させました。



## グラウンドゴルフ大会 (健康増進)

12月3日、磯部中学校グラウンドにて開催されました。参加者は寒さも吹き飛ばすほどの熱戦を繰り広げました。大会の結果と年間成績優秀者については下記のとおりです。

敬称略

【年間賞】

敬称略

順位	氏名	順位	氏名
優勝	村岡 延子	1位	佐藤 一義
準優勝	半野 雄子	2位	佐藤 千代子
3位	坂田 瑞穂	3位	坂田 瑞穂
4位	佐藤 一義	4位	武田 正志
5位	武田 正志	5位	村岡 延子
		バスコ	坂田 瑞穂 (53)



## パークゴルフペア大会 (健康増進)

12月21日、松川浦パークゴルフ場にて開催されました。真剣な中にもにぎやかにプレーを楽しみ、親睦を深める大会となりました。結果については下記のとおりです。

敬称略

順位	氏名	順位	氏名
優勝	前田 延弘	3位	杉 幸男
	寺島 啓子		一條 静子
準優勝	寺島 徳男	4位	坂本 郁雄
	伊藤 美由紀		宇佐見 妙子

ホールインワン 前田 延弘・杉 幸男・坂本 郁雄・高野 幹男



## パッチワーク教室 ～教室生大募集～

- ・活動日：毎月第1・3月曜日
- ・時間：9時30分から

※興味のある方はぜひ見学にいらしてください。