

♪ 公民館特別企画講座 参加者募集 ♪

①②③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。

磯部公民館だより

令和 6 年 8 月号

① 手作りパン講座

【8月】ピザ風玉ねぎブレッド

枝豆フォカッチャ

なんちゃってコーヒーわらび餅



【9月】北欧パン

ちぎりパン

なすのスイーツパイ



日 時: 8月27日(火)・9月24日(火) 両日9:30~

定 員: 8人(先着順) ※両日参加出来る方優先

講 師: 富田 かおり 氏

場 所: 磯部コミュニティセンター

材料代: 各回1,200円(当日徴収)

準備物: エプロン、三角巾

② スマートフォン講座～基本編～

日 時: 8月28日(水) 13:30~

場 所: 磯部コミュニティセンター

講 師: NTTドコモ 相馬店スタッフ

定 員: 6人程度

参加費: 無料

※ドコモ以外の機種をお使いの方でも参加できます!



③ 磯部・日立木公民館合同大人の工場見学講座～コカ・コーラ工場～

日 時: 9月6日(金) 9:00出発(16:00頃公民館到着予定)

昼食・休憩: 蔵王酪農センター(11:00予定)

場 所: コカ・コーラボトラーズジャパン蔵王工場(13:00予定)

定 員: 25人程度(先着順)

参加費: 無料



令和6年8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

8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
クーリングシエルトー 暑い日は我慢せず涼みにきてください				1	2	3
				パークG 民舞踊	9:00 9:30	太極拳 9:30
4	5	6	7	8	9	10
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	ピンポン 9:00 芸術鑑賞 9:30		パークG 9:00		
11	12	13	14	15	16	17
グラウンドG 13:30 山の日	振替休日	ピンポン 9:00				
18	19	20	21	22	23	24
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	ピンポン 9:00	出前講座 15:00	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	
25	26	27	28	29	30	31
グラウンドG 13:30	3B体操 9:30	ピンポン 9:00 トルベイント 13:30 パン作り 9:30	スマホ 13:30	パークG 9:00 民舞踊 9:30	太極拳 9:30	

磯部地区盆踊り 開催

●日 時:8月14日(水) 17:00～20:30

●場 所:磯部中学校 校庭

※雨天時同校体育館

問い合わせ先:磯部盆踊り実行委員会



健康まあじゃん講座 開催しました

6月17日、健康まあじゃん講座を開催しました。初めて参加する方、経験者の方みなさん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 開催しました

7月5日、フラワーデザイン体験講座「パフュームボトルアレンジ」を開催しました。講師は上田純子氏。好みのフラワーカラーで華やかなオリジナル作品を完成させました。



ニュースポーツ大会

7月5日、相馬市老人クラブ連合会ニュースポーツ大会がスポーツアリーナそうまで開催されました。磯部地区の車輪梅が参加し、スカットボール・囲碁ボール・ボッチャの各種目を競い合いました。車輪梅チームはボッチャで優勝し県主催の大会に出場が決まりました。おめでとうございます！



料理講座 開催しました

6月26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、時短！節約！簡単！夏におすすめメニュー6品をつくりました。

★杏仁豆腐～お手がる！フルーツ缶をトッピング

★夏野菜で！ラトウイユ

多めに作って色んなメニューに転用で便利！

★韓国風とりの南蛮漬け～作り置きにおススメ！

★タコライス～生野菜もたっぷり！

★ぶっかけそうめん～ねばねばヘルシー♪

★おからのサラダ～糖質OFF！混ぜるだけ



健康づくり栄養講座 開催しました

6月28日、磯部・日立木公民館合同企画「健康づくり栄養講座」を日立木公民館で開催しました。ハーブティーと体に優しいおやつでリラックスしながら、見た目が若い人の特徴や止められる老化のポイントなどを聞きました。また、野菜が足りているかを測定出来る「ベジチェック」と血管年齢が測定出来る「血管年齢チェック」を行い、自分の健康状態を知る事ができました。



磯部小1・2年生 公民館見学

6月27日、磯部小1・2年生の児童4人がせいとかの授業で磯部公民館を見学しました。館長から、公民館は地域みんなが集まるところ、誰でも学べる場所、みんなをつなぐところなどの説明を受けた後、館内の各部屋を見てまわりました。また、民舞踊教室の活動を見学し、教室生のみなさんと一緒に相馬盆唄に合わせて踊りました。

