

東部公民館だより

令和 6年
1月1日発行
電話番号
(38)8105

新年によせて

皆様におかれましては新春を清々しい気持ちでお迎えのこととお慶び申し上げます。

昨年は新型コロナウイルス感染症も緩和され、皆様方の多くのご協力を得て待望の学習発表会や敬老会が盛大に行なわれた事に深く感謝申し上げます。日頃の各教室の活動とその成果を披露して頂いた事によって、地域の皆様に感激や元気を与えられ楽しい有意義な一日を過ごされたと思います。これからも皆様には、各教室事業を活発に行なうて頂き、活力のある元気な地域づくりに結び付けて頂きたいと思っております。

東部地域及び東部公民館運営委員会の皆様のご繁栄とご健康を祈念しましてご挨拶とさせていただきます。

東部公民館運営委員会 委員長 熊谷 秀治

あけましておめでとうございます。昨年は、東部公民館が多年にわたる優れた功績が認められ、福島県の教育文化表彰を受賞しました。これは皆様方の『学ぶ』姿勢や成果が評価されたものです。今年も、教養、生きがいづくり、健康づくりの各教室を開催して生涯学習事業の充実に努めてまいります。多くの方々に公民館をご利用頂きますようお願いしております。

東部公民館 館長 立花康稔
職員 青木美希

1月の予定表

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
	元日	休館	休館	パーク(光陽)8:40 卓球 13:30	3B体操 9:30	
7	8	9	10	11	12	13
	成人の日	民謡 13:30 バドミントン13:30	歌謡 9:30 卓球 13:30	パーク(松川浦)8:40 のびのび(卓)9:30 卓球 13:30	のびのび(卓)9:30	川柳 13:00
14	15	16	17	18	19	20
	そば打ち9:00 吹矢 9:30 太極拳13:30 パッチワーク13:30	バドミントン13:30	卓球 13:30	パーク(松川浦)8:40 のびのび(卓)9:30 卓球 13:30 東部区長会13:30	3B体操 9:30 スマホ教室13:30	
21	22	23	24	25	26	27
	歌謡 9:30 パッチワーク13:30	運営委員会9:30 チェアロピクス13:30 民謡13:30(和室) バドミントン13:30	盆ダンス9:30 卓球 13:30	パーク(光陽)8:40 健康料理9:30 のびのび(卓)9:30 卓球 13:30	のびのび(卓)9:30 骨太けんこう体操 13:30	
28	29	30	31			
	そば打ち9:00 吹矢 9:30 太極拳13:30	バドミントン13:30	卓球 13:30			

【そば打ち教室を開催します】

今年3回目の『そば打ち教室』を開催します。新鮮なそば粉で作る風味豊かなそばを、ぜひ自分で打ってみませんか。

◎受講日 1月29日(月)、2月5日(月)

2月13日(火)、2月19日(月)

◎場所 東部公民館 調理室

◎時間 午前9時～午前11時30分

◎講師 木村貞夫 先生

◎受講料 2,800円(材料代4回分)

◎募集定員 10名 (定員になり次第締切)

◎持ち物 エプロン、三角巾、手ぬぐい、菓子箱
(30cm幅程度の物・持ち帰り用)

◎申込受付 1月15日(月)～

1月19日(金)

◎申込先 東部公民館

電話でのお申込み不可

※受講料は、つり銭の無いようお願い致します。

※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。

『WORLDこども教室』を開催！

11月25日(土)に福島県国際課 海外青年協力隊員の方に参加していただき企画講座を開催しました。中国人とカナダ人の方、協力隊員としてメキシコ・モロッコ・ケニア・スリランカ・タンザニアに行かれた日本人の方たちと異文化交流を楽しみました。参加した子供たちは、中国で数を数えるときに両手を使わず片手だけで1～10まで数える数え方を教えてもらったり、カナダのポリマー(プラスチック)で出来ているお札を見せてもらったりしました。



『オレンジカフェ』を開催します

★日時 2月2日(金) 14時～15時30分

★場所 東部公民館 会議室

★主催 相馬市社会福祉協議会

★内容

- ①講座…認知症サポーター養成講座
- ②座談会…地域のお宝ご紹介!
- ③健康チェック…毛細血管をみてみよう

★定員…先着15名

★申込先…相馬市社会福祉協議会

☎36-5033

参加費
無料

※地域の方どなたでも参加できます。

申込みは、社会福祉協議会までお申込みください。

※交通手段のない方には送迎を行います。気軽にご相談下さい。

『ウォーキング教室』に行ってきました

11月21日に木戸ダムの下流域の木戸川溪谷遊歩道をウォーキングしてきました。遊歩道は、起伏が激しく川辺まで降りたり、また登ったりハードコースでした。健康寿命の増進のためのウォーキングの効果や方法、木戸ダムの構造や天神岬、檜葉町の歴史等を見学、学習してきました。記念にダムカードも貰えました。



『親子料理教室』を開催しました

12月16日(土)に親子料理教室を開催しました。今回のメニューは

- ・チキンソンドリア
- ・ジュリエンヌスープ
- ・カップケーキ

を作りました。ホワイトソース作りでは小麦粉がだまになることもなく皆さんきれいなホワイトソースができました。牛乳を少し温めて小麦粉と混ぜるとだまになることもなくきれいなホワイトソースが出来るそうです。

