

東部公民館だより

令和 7年
2月1日発行
電話番号
(38)8105

【お菓子づくり教室を開催します】

お店の味を再現してみませんか？お菓子作り初心者の方も大歓迎です！今回は、『バイクドチーズケーキ』を教えてください。

◎開催日 3月12日（水）

◎場所 東部公民館 調理室

◎時間 9時30分～12時30分

◎講師 楠木 喜美恵さん

◎受講料 1800円～2000円程度を予定（当日徴収）
（新地町あじさい／ケーキの店）

◎募集定員 8名

◎持ち物 エプロン、三角巾、
作ったケーキを持ち帰る袋

◎申込受付 2月10日（月）～
2月14日（金）

◎申込み 東部公民館（定員になり次第締切）
（電話での申込み不可）

※交通手段のない方には送迎を行います。気軽に相談ください。

2月の予定表

日	月	火	水	木	金	土
 全公民館だよりのQRコードです。ご利用ください。						1
2	3	4	5	6	7	8
	そば打ち9:00 吹矢 9:30 パッチワーク13:30	お菓子づくり教室 9:30 民謡 13:30 バドミントン13:30	パーク(光陽)8:40 卓球 13:30	のびのび(卓)9:30 卓球 13:30	3B体操 9:30	川柳 13:00
9	10	11	12	13	14	15
	歌謡 9:30	建国記念の日 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 のびのび(卓)9:30 卓球 13:30 民生委員会10:00	のびのび(卓)9:30 Valentine's Day	
16	17	18	19	20	21	22
	そば打ち9:00 吹矢 9:30 パッチワーク13:30	民謡 13:30 バドミントン13:30	盆ダンス9:30 卓球 13:30 東部区長会 13:30	パーク(松川浦)8:40 のびのび(卓)9:30 卓球 13:30	3B体操 9:30	
23	24	25	26	27	28	
天皇誕生日	振替休日	そば打ち9:00 チェアロピクス13:30 バドミントン13:30	歌謡 9:30 卓球 13:30	パーク(光陽)8:40 のびのび(卓)9:30 健康料理9:30 卓球 13:30	のびのび(卓)9:30 骨太けんこう体操 13:30	

『美術教室』を開催します！

未経験者、初心者を対象にクレヨン等で絵を描いてみる教室です。絵やオブジェなどを楽しみながら作ることで、脳（右脳）が活性化し、介護・認知症予防や症状の改善、働く人のストレス緩和、子供の感性教育にも効果があるとされています。臨床美術士の講師と一緒に楽しみませんか。今回は、『手』をスケッチします。

- ◎開催日時 **3月11日（火）9時30分～**
- ◎場 所 東部公民館 和室
- ◎参加費 無料
- ◎持ち物 鉛筆4B～6B、消しゴム、布切れ
- ◎講 師 立谷 美和子さん
- ◎定 員 15名
- ◎申込期間 2月17日（月）～
2月21日（金）
- ◎申 込 先 東部公民館 電話可
※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。

『出前講座』を開催しました

12月18日（水）出前講座としてスポーツ推進員をお迎えして、参加者6名でニュースポーツの種目『ボッチャ』を体験しました。最初に、点数の数え方や投げ方を教えていただき、A・Bのチームに分かれて対戦、白いボールを狙い赤と青のボールで楽しく『ボッチャ』を体験しました。



『相馬の自然講座』 ～相馬の野鳥編～



野鳥について、その種類や時期による分類（留鳥、夏鳥、冬鳥、旅鳥、漂鳥、迷鳥）、絶滅危惧種などに指定する野鳥の保護、相馬で見られる野鳥の紹介など、身の回りに生息する野鳥について学んでみませんか？

- ◎日 時 2月21日（金）
13：30～15：30
- ◎場 所 中央公民館2階会議室
- ◎対 象 者 市内に居住・通勤している方
- ◎募集定員 30名（先着順受付）
- ◎参加費 無料
- ◎講 師 日本野鳥の会
南相馬代表 遠藤 政弘さん

◎申し込み方法
中央公民館に電話、来館またはQRコードにて受付します。

◎問い合わせ・お申し込み先
中央公民館 ☎0244-37-2198



QRコード受付

『のびのび出前講座』を開催しました

12月23日（月）に社会福祉協議会の職員にご協力を頂き、『ボッチャ』『囲碁ボール』『スカットボール』を体験しました。初めて体験する方もいて、ルールの説明を聞き実際にチームに分かれて対戦をしました。参加した人たちは、和気あいあい楽しくニュースポーツを体験しました。

