



『学習発表会・敬老会』



10月4日(土) 35回目となる『学習発表会・敬老会』が開催されました。開会式では、立谷市長のお祝いの言葉の後『いつでも夢を』と『ふるさと相馬』を会場の皆さんと一緒に歌いました。今年度は『原釜神楽保存会』・『みなと保育園』・『安来節教室』の皆さんにアトラクションとして会場を盛り上げて頂きました。歌謡教室・民謡教室の歌、3B体操・のびのび学級・盆ダンスクラブの踊りも披露して頂き、最後は安来節教室の『ひょっとこ踊り』で今年の学習発表会・敬老会が終了しました。展示物では、川柳教室の作品、パークゴルフ教室・パッチワーク教室の作品を展示しました。



東部公民館だより

令和7年
11月1日号
電話番号
(38) 8105

11月の予定表

日	月	火	水	木	金	土
<div> </div> <div> 全公民館の公民館だよりが閲覧できます。ぜひご利用ください。 </div>						1
2	3	4	5	6	7	8
	文化の日	そば打ち 9:00 民謡 13:30 バドミントン 13:30	吹矢 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	3B体操 9:30	川柳 13:00
9	10	11	12	13	14	15
	そば打ち 9:00 歌謡 9:30 パッチワーク 13:30	バドミントン 13:30	パーク(光陽) 8:40 盆ダンス 9:30 卓球 13:30	シニアスポーツ 9:00 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	
16	17	18	19	20	21	22
	そば打ち移動教室 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 介護予防講習会 14:00	
23	24	25	26	27	28	29
30	振替休日	そば打ち 9:00 チェアロビクス 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	

【そば打ちをしませんか】

大好評の『そば打ち教室』を開催します。風味豊かなそばを、ぜひ自分で打ってみませんか。

- ◎受講日 12月15日(月)
1月19日(月)
3月16日(月)
- ◎場所 東部公民館 調理室
- ◎時間 9時～11時30分
- ◎講師 遠藤 忠 先生
- ◎受講料 2,400円 (材料代 3回分)
- ◎募集定員 15名
- ◎持ち物 エプロン、三角巾、手ぬぐい
菓子箱、サランラップ
(30cm幅程度之物・持ち帰り用)
- ◎申込受付 11月17日(月)～
11月21日(金)

◎申込先 東部公民館

※交通手段のない方は、電話での申し込み可。

※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

『スマートフォン教室を開催します』

スマートフォン教室を開催します。講師の先生はドコモショップそうま店のかたに教えていただきます。

- ◎開催日 12月 5日(金)
(マップを使いこなそう)
12月12日(金)
(カメラを使いこなそう)

- ◎場所 東部公民館 和室
- ◎時間 13時30分～
- ◎受講料 無料
- ◎定員 各月8名

◎申込受付 11月17日(月)～
11月21日(金)

◎申込み 東部公民館

※スマートフォンは、どのメーカーでも、どの機種でもドコモ以外の通信会社でも受講できます。スマホをお持ちでない方でもスマホを無料貸出いたします。

※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。



『はまなす館まつり』

9月6日(土)に相馬市社会福祉協議会主催の『はまなす館まつり』が開催されました。東部公民館では、パッチワーク教室と川柳教室の作品を展示させて頂きました。作品展示へのご協力ありがとうございました。



①『相馬充胤公とご仕法』

- ◎日 時: 11月25日(火) 13:30～15:30
- ◎場 所: 中央公民館(千客万来館) 1階会議室
- ◎内 容: 「相馬充胤公とご仕法」
- ◎講 師: 相馬報徳社 猪狩 正志氏
- ◎対象者: 市内に在住、在職、在学の方
- ◎定 員: 30名(先着順)
- ◎受講料: 無料
- ◎申し込み方法: 電話、または来館。



②『相馬市家庭教育講座開催のお知らせ』

- ◎日 時: 11月30日(日) 10:00～12:00
- ◎演 題: 子どもたちのネットメディア利用の現状と課題
～デジタル社会で大人ができること～
- ◎講 師: 医療創生大学 教授 中尾 剛氏
- ◎対象者: 家庭教育に興味がある方
- ◎場 所: 中央公民館(千客万来館) 1階会議室
- ◎受講料: 無料
- ◎定 員: 30名(先着順)
- ◎申込方法: 中央公民館に電話、またはQRコード。
- ◎申込期間: 令和7年11月6日(木)～11月26日(水)
- ◎留意事項: キッズスペースを設置しますので、お子様連れの参加もできます。



③『相馬のお魚料理講座』

- ◎日 時: 12月9日(火) 13:30～15:30
- ◎場 所: 大野公民館 調理室
- ◎講 師: 松川浦観光ガイドの会
- ◎内 容: 地元産「あんこう」を使った調理法
・あんこうのとも和え、どぶ汁
- ◎対象者: 市内に居住・通勤している方
- ◎定 員: 16名(先着順)
- ◎受講料: 1,500円
- ◎持ち物: エプロン、三角巾、持ち帰り用のタッパー等
- ◎申込期間: 11月6日(木)から(定員になり次第締め切り)
- ◎申し込み方法: 電話、または来館。

①、②の講座の問い合わせ先・申し込み先

中央公民館 ☎37-2198

③の講座の問い合わせ先・申し込み先

中央公民館 ☎37-2198

大野公民館 ☎35-2326