

【ウォーキング教室】を開催します

春のウォーキング教室を開催します。今回は、『小峰城跡』をガイドボランティアの方と歩きます。アップダウンの激しいところなので、歩行に支障のない皆様のご参加をお待ちしております。お昼は、各自持参か城跡公園内「二の丸茶屋」で各自昼食です。

◎開催日 5月29日(金) 小雨決行

※荒天の場合は中止となります。

◎場所 白河『小峰城跡』

◎時間 8時50分集合

◎参加費 無料

◎定員 20名(定員になり次第締切)

◎申込受付 4月13日(月)～4月24日(金)

◎申込時間 午前8時30分から

◎申込場所 東部公民館(電話不可)

※1人で2人分の申し込みはできません。



東部公民館だより

令和8年
4月1日号
電話番号
(38)8105

4月の予定表

日	月	火	水	木	金	土
4月	パークゴルフの4月の予定は委員長さんにご確認をお願いします。		1	2	3	4
			卓球 13:30	のびのび(卓)9:30 卓球 13:30	3B 体操9:30	
5	6	7	8	9	10	11
	そば打ちクラブ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	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	川柳13:00
12	13	14	15	16	17	18
	歌謡 9:30 健康マージャン13:00	バドミントン13:30	卓球 13:30 東部区長会 13:30	パーク(光陽)8:35 (開講式) のびのび(卓)9:30 卓球 13:30	3B 体操9:30	
19	20	21	22	23	24	25
	そば打ち教室 9:00 吹矢 9:30 パッチワーク 13:30	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	のびのび(卓)9:30 骨太けんこう体操 13:30	
26	27	28	29	30	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。	
	歌謡 9:30 東部港クラブ13:30	チェアロピクス13:30 バドミントン 13:30	昭和の日	パーク(松川浦)8:40 のびのび(卓)9:30 卓球 13:30		

申し込み受付中

【新年度受講生を募集します】

多くの仲間と出会い、ふれあい、公民館で充実した楽しい時間をみつけませんか。皆様のご参加をお待ちしております。詳しい内容については、別紙『受講生募集号』をご覧ください。



自主教室

☆生きがいづくりコース ☆健康づくりコース

- ・民謡教室
- ・歌謡教室
- ・川柳教室
- ・パッチワーク教室
- ・のびのび学級
- ・そば打ち教室
- ・料理教室
- ・バドミントン教室
- ・パークゴルフ教室
- ・卓球教室
- ・吹矢教室
- ・3B 体操教室
- ・チェアロビクス教室
- ・盆ダンスクラブ

☆企画講座

- ・骨太けんこう体操&オレンジカフェ
- ・ウォーキング教室
- ・美術教室
- ・お菓子づくり教室
- ・美術鑑賞教室など

◎申込み・お問い合わせ先
東部公民館 ☎38-8105

『美術鑑賞教室』を開催しました。

3月3日(火)に参加者19名で福島県立美術館で開催されている『大ゴッホ展 夜のカフェテラス』を鑑賞してきました。当日は、天気が雨で残念でしたが、めったに見れない有名な名画を鑑賞でき良かったです。幅広い年代の方がゴッホ展を鑑賞していました。



【そば打ち教室】参加者募集

東部そば打ちクラブでは、毎月楽しくそば打ちを学べる教室を開催しています。初心者の方でも、ベテラン運営委員がマンツーマンに近い形で丁寧にサポートしますので、安心してご参加ください！講師の遠藤忠さんをはじめ、5名の運営委員が皆さまの上達をお手伝いします。また、そば打ちを通じて、会員同士が楽しく交流できる温かい雰囲気のある教室です。

- ◎開催日 毎月第3月曜日
- ◎時間 9:00~11:30
- ◎場所 東部公民館調理室
- ◎参加費 800円/回
- ◎定員 先着14名
- ◎持ち物 エプロン、三角巾、ハンドタオル、お持ち帰り用容器、ラップ
- ◎申込場所 東部公民館に受講申込書を提出してください。



…募集…

【中央公民館企画講座】参加者募集

相馬の歴史講座「相馬野馬追の歴史について」

- ◎日時 5月16日(土) 10:00~12:00
- ◎会場 はまなす館(多目的ホール)※直接、はまなす館へお越しください。
- ◎対象 市内に居住・通勤している方
- ◎人数 50名
- ◎参加費 無料
- ◎講師 「佐藤 義典」氏 (南相馬市博物館 学芸員)
- ◎お問合せ 中央公民館 ☎37-2198

