

# 山上公民館だより



## 新年あけまして

おめでとうございます

旧年中は各種の講座やイベントに對しまして、皆様からの温かい支援とご参加を賜り、誠にありがとうございました。本年も皆様が楽しんで頂けるようなアクティビティと交流の場を提供できるよう、精進してまいります。

新しい年の皆様のご多幸を心よりお祈り申し上げます。より良いコミュニケーション作りに向けて、引き続きのご協力とご支援を賜りますようお願い申し上げます。

今年も、明るく穏やかな一年になりますこと、地域に根差した公民館づくりを心掛けていきたいと考えております。

山上公民館運営委員長

渡邊孝喜

山上公民館

職員一同

## 親子で楽しくクリスマスクッキー大作戦!開催

12月15日(日)山上公民館の調理室で「親子で楽しくクリスマスクッキー大作戦!」が開催されました。クリスマスを前にクッキーの焼き方を学ぶため、親子5組14名が参加。講師に鍋木喜美恵先生を迎え「ハートのクッキー・ヴィエノクッキー・スノーマンクッキー」の3種類を作りました。レシピだけではわからない作り方のコツや焼き具合など先生の丁寧な指導により美味しい3種のクッキーが仕上がりました。参加者は、「とても楽しく料理ができた」「3種のクッキーをお家でもつくって家族に食べさせたい」と親子で楽しく料理を作ることができました。クッキー大作戦大成功!



第265号  
令和7年  
1月1日  
山上字上ノ台1-1  
0244-32-5009

うがい手洗い  
風邪予防



3種類のクッキー



## 火の取り扱いに注意しましょう



※冬は、火災が増える季節です。暖房器具の使用が増えるため、火災の危険性が高まります。火の取り扱いには充分注意し、安全な冬を過ごしましょう。

※住宅火災警報器は設置から10年が経過すれば交換が必要となります。本体に記載されている製造年等を確認し、寿命を経過したものは交換しましょう。

※1月25日(土)10時から文化財防火デーにちなんで、山上公民館の北西にある『万蔵院』で防火訓練が行われます。



# おいでよ『はまなす館カフェ出張健康座談会』

- 開催日：1月16日(木)
  - 時間：14時～15時30分
  - 会場：山上公民館 会議室
  - 主催：相馬市社会福祉協議会
- (1)講座…いつまでも若々しく  
老化を防いでからだの中から健康に♪
- (2)座談会…地域のお宝ご紹介！
- (3)健康チェック…野菜摂取量・AGEs生活習慣チェック
- 申込み先：相馬市社会福祉協議会(☎36-5033)  
※地域の方どなたでも参加できます。先着15名の申込み制です。

やまかみさくらんしょ



山上 & 八幡公民館共催事業手づくりパン講座

## 週末はパン屋さん気分！簡単レシピで手作りパンを楽しもう。

あんぱんとチーズパンをひとり3個ずつ作ります！

初心者でもおうちで簡単に作れるパンです！



え開催日：1月31日(金)

え時間：9時30分～

え会場：山上公民館調理室

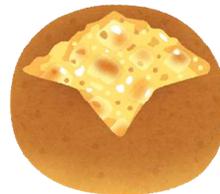
え人数：6名

え持ち物：エプロン・三角巾・パンを持ち帰る入れ物

え参加費：1800円(材料費)

え講師：荒井 美紀子さん

え申込：山上公民館 ☎32-5009



## 中央公民館「家庭教育講座」参加者募集

中央公民館では、第4回子育て親子関係などの悩みや課題をテーマに専門家による「家庭教育講座」を開催します。家庭教育について学びたい方など気軽にご参加ください。

◇開催日：2月8日(土) ～子育てに生かすアンガーマネジメント～

◇講師：JNPO法人きぼう 副理事長兼統括所長 新妻 直恵 さん

◇時間：13時30分～15時30分

◇人数：各30名(先着順)

◇会場：市民会館 多目的ホール

◇参加費：無料

◇申込方法：相馬市中央公民館(電話 0244-37-2198)



キッズスペースありますので、  
お子様と一緒に参加できます！

日	月	火	水	木	金	土
1月 行事予定	5	6	1 元旦	2	3	4
			7	8	9	10
	手芸9:30	紅会13:30	民生委員会13:00 混声合唱13:30		ニュースポーツ10:00	混声合唱13:30
12 はたちのつどい 市民会館	13 成人の日 民謡19:00	14	15 生け花9:30 混声合唱13:30	16 元気モール10:00 はまなすかんカフェ14:00	17 老人クラブ新年会 憩の家	18 混声合唱13:30
19 俳句9:00	20 手芸9:30 民謡19:00	21 紅会13:30	22 混声合唱13:30	23	24 ニュースポーツ10:00	25 混声合唱13:30
26	27 区長会13:30	28	29 混声合唱13:30	30 スコップ三味線 10:00	31 山上&八幡共催 パンづくり講座9:30	