

東部公民館だより

令和7年
8月1日号
電話番号
(38) 8105

『高齢者スポーツ大会』開催

7月4日(金)に松川浦体育館で、第42回相馬市高齢者スポーツ大会が開催されました。競技は、

1. ダーマをいれろ (各チーム6人)
2. 黄色を探せ (各チーム6人)
3. ボールリレー (各チーム12人)
4. ファッションショー (各チーム6人)
5. 玉入れ (参加者、応援全員)

があり、参加者や応援の方たちは、熱中症対策をしながらスポーツ大会を楽しみました。暑い中、お疲れさまでした。



8月の予定表

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
			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。		3B 体操 9:30	川柳 13:00
3	4	5	6	7	8	9
こども教室② 9:00	吹矢 9:30 パッチワーク 13:30	実行委員会① 10:00 民謡 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 民生委員会 10:00	のびのび(卓) 9:30	
10	11	12	13	14	15	16
		バドミントン 13:30	卓球 13:30	卓球 13:30		
17	18	19	20	21	22	23
	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 こども教室③ 13:30	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	のびのび(卓) 9:30 骨太けんこう体操 13:30	
24	25	26	27	28	29	30
31	歌謡 9:30	チェアロビクス 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 健康料理 9:30 卓球 13:30	3B 体操 9:30	

美術移動教室

6月26日(木)に美術移動教室を開催しました。今回は、飯坂町にあるパルセいいざかで『第79回福島県総合美術展覧会』を鑑賞してきました。展覧会では、「日本画・洋画」「書」「彫刻・工芸美術」などの作品がありました。



刻を繋ぐ神経細胞
立谷美和子



そば打ち教室を開催

7月7日・14日・22日・28日に「そば打ち教室」を開催しました。東部公民館のそば打ち教室では女性の参加者も増え、遠藤忠先生ご指導のもとで教室生は、そば粉の微妙な水加減を気にしながら生地をこね、その生地を均等の厚さに伸ばし、生地を切る作業など、楽しくそば打ちをしていました。



お菓子づくり教室

6月17日(火)参加者8名と30日(月)に参加者7名で『お菓子づくり教室』を開催しました。今回も講師に鍋木喜美恵さんをお迎えして、シフォンケーキ(バニラ)の作り方を教えて頂きました。次回のお菓子づくり教室は秋を予定しています。ぜひ、ご参加ください。



のびのび学級出前講座

7月11日に、のびのび学級で『ニュースポーツ体験』をしました。講師は、社会福祉協議会の方で『ポッチャ』『スカットボール』『囲碁ボール』を2班にわかれて、試合形式で対戦しました。



スマートフォン教室を開催しました

5月16日・6月20日にスマートフォン教室を開催しました。参加した人たちは、テキストを参考にしながらスマートフォンの使い方を教えて頂きました。次回は11月にスマートフォン教室を開催予定です。

