

① どう
② まなぶ
③ おすぶ

令和6年度 東公民館だより 12月号



長崎市矢上町19番1号 東部地区にここセンター
メールアドレス com_higashi@city.nagasaki.lg.jp
☎ 838-3732 FAX 838-3256 令和6年11月20日発行



東公民館まつり特集

“ 大掃除 こんな所に 探し物が ”

早いもので、今年もあと1ヶ月あまりとなりました。東公民館は、大きな行事である公民館まつりや子育てフェスタが無事終わり、年末に向けて秋の講座も終盤戦に入っています。

舞台発表 11月10日に盛大に開催され、無事に終了

竹友会



矢上民謡会



アソビコーラス



フアラヒナ東長崎



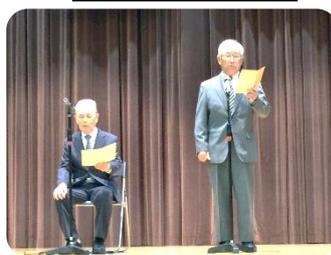
うたおう会



愛吟会



吟友会



長崎太極拳倶楽部



和道会 朱雀道場



バイラール



コール・アザレア



空手道 誠空会



録画上映での参加

作品展示 11月30日まで心温まる作品を展示中!

あじさい会(生花)



川柳同好会



くるみ会(木彫)



水曜会(書道)



たちばな会(水彩画)



東長パソコン会



東公棋友会(囲碁)
対局 11/10のみ



郷土史勉強会



楽々絵手紙会



香墨会(書道)



押し花サロン



長崎ひがし写友会
(写真)



特別講座「ピラティスでリフレッシュ」「冬も！元氣かばい！」の受講生募集

『ピラティスでリフレッシュ』

★ピラティスで正しい姿勢へと改善していき、健康的な美しい体へ導きます。

期 日：1月24日(金)、1月31日(金)
(全2回)

時 間：13:30~15:30

会 場：東公民館 研修室2

対 象：成人女性16名

受 講 料：無料

講 師：寺田幸子先生

準 備：運動できる服装、タオル、飲み物、
持っている方はヨガマット

(東公民館でも貸し出し可能)

申込受付：12月4日(水)

~令和7年1月9日(金) 必着

申込方法：電子申請サービス、往復はがき、
窓口(はがき1枚持参)、にて受付

★申込多数の場合は抽選を行い、結果は申し込まれた方全員にお知らせします。



『冬も！元氣かばい！』

★寒い冬を元氣アップ体操で、元氣に乗り切ります。

期 日：1月22日(水)、2月5日(水)、
2月19日(水) (全3回)

時 間：13:30~15:30

会 場：東公民館多目的ホール

対 象：60歳以上の方 40名

受 講 料：無料

講 師：篠原教子先生

準 備：運動靴(上履き)、長めのタオル、
動きやすい服装、飲み物

申込受付：11月27日(水)午前9時から

申込方法：電話または窓口受付(先着順)



← 「ピラティスでリフレッシュ」を、電子申請サービスで申し込む方は、東公民館内のチラシ、または東公民館のホームページに詳しい申込方法が掲載されています。ご確認ください。

12月の講座予定・行事予定表

2日(月) 新年を寿ぐしめ飾り作り パソコン教室	12日(木) 簡単お正月料理
5日(木) 簡単お正月料理	13日(金) おはなしのへや
6日(金) 長崎散策 美文字レッスン 天然素材を使ったかご作り	14日(土) こどもシアター にごセンシネマ
7日(土) レッツエンジョイ! 親子で英会話	18日(水) 元氣かばい!(体操)
9日(月) ママのほっとタイム (バドミントン) パソコン教室	19日(木) 配信公民館講座「スッキリ・安心! シニアのための快適な片づけ術」
11日(水) 元氣かばい! (スクエアステップ運動)	20日(金) 美文字レッスン
	23日(月) こころ潤うフラワーアレンジメント~秋・冬~

12月29日(日)~令和7年1月3日(金)は
年末年始のため、全館休館となります。

作品の展示



12月3日(火)から12月28日(土)まで、日見中学校の生徒作品を2階郷土資料展示コーナーに展示しています。

橘中学校の2年生 吉田 結香さんが、

「職場体験学習」で東公民館に来ました!

10月29日(火)から31日(木)の3日間、職場体験として、東公民館にお世話になりました。「働かってなんだろう?」とはじめに疑問に思っていました。ですが、東公民館での学習を通して様々なことを学びました。特に印象に残っているのは、公民館まつりのリハーサルです。職員の方々が、一生懸命作業をしている姿を見て、公民館まつりを成功させたいと思っているのが伝わってきたからです。

私は、まだ自分の将来へのことについてあまり考えていません。ですが、この3日間で学んだことは、必ずいろいろなところで役に立つと思います。お忙しい中、ご指導して下さった職員の方々、優しく対応して下さった地域の方々、本当にありがとうございました。(吉田さんの感想より)



🎵 今月の川柳 (お題: 好み) 🎵

あなた好みに染まり歩んだ半世紀 (富永 熙子)
お互いの好みに染まりダイヤ婚 (長野 昌幸)

なくそう差別 守ろう人権

