

どう
まなぶ
おすべ



令和7年度 東公民館だより 7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7年6月20日発行



梅雨の中休みで気温が上がリ、じめじめした日々が続いていますが、公民館の駐車場周りの紫陽花は勢いよく大輪の花を咲かせています。館内には菖蒲の花が凛と咲いていて、雨の季節を楽しんでいるように見えます。ただ、大雨が降るのもこの時期です。長崎市からの災害情報などをこまめにチェックされ、ご自宅で過ごすのが不安な場合は、お近くの避難所へ早めに避難することも選択肢のひとつです。特に高齢の方には周りの方からお声かけをお願いします。

活動の様子



5月24日に『町公連まつり』が開催されました。地域の公民館やふれあいセンターで活動しているグループの方たちによるまつりです。東公民館からは自主学習グループ「矢上民踊会」の皆様が出演し、矢上音頭『矢上よかまち』を披露されました。

うきうきウォーキング



アロマが香る癒しのひととき



楽しい卓球教室



登山の初歩 ～地元の山の魅力を再発見～



歴史探訪 ～長崎東部地区の探索～



男性のための 身体整うエイジレス体操



🎵 今月の川柳 (お題: 百) 🎵
若い頃 百名山に 憧れた (木村 みちる)
百才が 真ん中にある 四世代 (満崎 ヒサヨ)

着任のあいさつ
～よろしくお願いします～

にこセン2階展示コーナー
7月は、高城台小学校の子どもたちの作品を掲示しています。
どうぞご鑑賞ください。



5月末から東公民館の夕方から夜間のスタッフとして勤務しています。地域の皆様に気持ちよくご利用いただけるよう努めます。よろしくお願いします。【檜山孝明】

7月の講座予定

2 (水)	元気かばい！2025 春（体操）	1 2 (土)	楽しい卓球教室
3 (木)	ベジタブルクッキング		大型絵本などの読み聞かせ(にこにこ座)
4 (金)	美文字レッスン		レッツエンジョイ！親子で英会話
5 (土)	レッツエンジョイ！親子で英会話		現川焼をつくってみよう！
10 (木)	ママのほっとタイム（おやつ作り）	1 6 (水)	元気かばい！2025 春（体操）
11 (金)	おはなしのへや	1 8 (金)	絶品！あったかホームメイドパン
		1 9 (土)	レッツエンジョイ！親子で英会話

わくわくいっぱい！

かたい音おもちゃ箱 in にこセン

歌って踊って、親子で楽しめる手作りのおはなし会です。

開催日時：令和7年8月5日（火）10:30～11:30（10:10 開場）

申込期間：6月24日（火）9時～受付開始（先着順で受け付けます）

対 象：赤ちゃんから6歳くらいまでの親子30組 ※小学生も一緒に楽しめます。

入場無料
※要申込



下のコードを読み取って
お申し込みください



夏休み子ども講座

申込期間 7月7日（月）必着！ ※先着順ではありません。

No	ひにちと じかん	こうざの なまえ	せんせい	にんずう
1	7/20 (日) 9:30～12:30	おやこ 親子でなかよくクッキングA	やまぐち ゆうこ 山口 裕子	小学生 親子 10組
2	8/17 (日) 9:30～12:30	おやこ 親子でなかよくクッキングB		小学生 親子 10組
3	7/22 (火) 10:30～11:30	こどもサイエンス教室	かがくかん せんせい 科学館の先生	小学生50人 1,2年生は保護者同伴
4	7/25 (金) 13:30～15:30	マジックをやってみよう	いで こうじ 井手 浩二	小学3～6年生 30人
5	7/26 (土) 10:00～11:30	お店屋さんごっこ ～お金のことを知ろう～	キッズマネー スクールの先生	小学1～4年生 親子10組
6	7/29 (火) 10:00～12:00	うつく 美しいガラス絵を描こう（午前）	いしがみ いつ子 石神 いつ子	小学3～6年生 20人
7	7/29 (火) 13:00～15:00	うつく 美しいガラス絵を描こう（午後）		小学3～6年生 20人
8	8/2 (土) 10:00～11:30	ロボットであそぼう（午前）	しもじま まこと 下島 真	小学3～6年生 10人
9	8/2 (土) 13:00～14:30	ロボットであそぼう（午後）		小学3～6年生 10人
10	8/4 (月) 10:00～12:00	すてきなサンドアートを作ろう（午前）	まつした みき 松下 みき	小学生20人 1,2年生は保護者同伴
11	8/4 (月) 13:00～15:00	すてきなサンドアートを作ろう（午後）		小学生20人 1,2年生は保護者同伴
12	8/16 (土) 10:00～11:30	ゲームでまなぼう！ながさきのおさかな	トムテのおもちゃ 箱の先生	小学1～4年生 親子8組
13	8/23 (土) 10:00～12:00	こども平和映画会	こうみんかん しょくいん 公民館の職員	小学生30人 1,2年生は保護者同伴



右のコードを読み取って
お申し込みください→

