



令和8年度 東公民館だより 6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8年5月20日発行



今年は5月らしい爽やかな日もありましたが雨が降る日も多く、この先の梅雨の心配も始まったようです。各学校では運動会や体育大会があり、子どもたちが生き生きと活躍する姿が見られました。これから暑さが本格化していきます。季節の変わり目が一番熱中症にかかりやすいと言われます。そんな時こそ公民館講座で心身ともにリフレッシュして、健やかな日々をお過ごしください。

春の講座 活動の様子

講座の写真と受講者の方の感想を掲載しています。

4/16 スマホ講座入門



スマホの使い方を
いろいろと考えさせら
れました。



4/20 身体整うエイジレス体操



わかりやすくて、
楽しかったです。
2日後の筋肉痛が
心配です。

4/20 フラワーアレンジメント



4/24 ママのほっとタイム～スイーツ作り～

初めてスワンの
首を作ってみたので、
楽しかったです。



先生方や参加者の皆様の
雰囲気がにこやかで、
すごく楽しかったです。
ほっとできる時間にな
りました。



4/28 ディンプルアート

4/25 英会話ファーストステップ



自己紹介で名刺
交換をしたのが、
楽しかったです。



インクボトルから
直接塗るとするのが
斬新でした。





お知らせ

夏休み子ども講座の申し込み

6月12日(金)～7月6日(月)

先着順ではなく、抽選

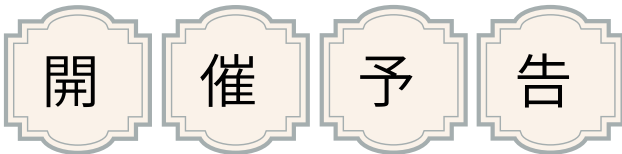
詳細は、来月の公民館だよりでお知らせします。

令和8年度東公民館まつり

作品展示の部 11月1日から30日まで

舞台発表の部 11月8日(日)

詳細は、公民館だより11月号でお知らせします。
(10月20日発行)



令和8年度 東公民館 特別講座



開催日：令和8年8月4日(火)

本『おべんとうバス』

作：真珠まりこ(ひさかたチャイルド)

楽しい手遊びやママ向けの詩もあります。



場所：長崎市東公民館
(東部地区にこにこセンター 2階)

開場：10時10分

開演：10時30分～11時30分まで

対象：赤ちゃんから6歳くらいまでの親子30組

※小学生のお兄ちゃんやお姉ちゃんも一緒に楽しめます。

入場無料
※要申込

◆申込期間

令和8年6月23日(火)9時～受付開始

先着順に受け付けます。定員になり次第締め切ります。

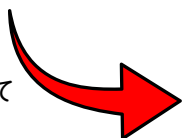
◆申込方法

長崎市電子申請サービス

右のコードを読み取るか、長崎市東公民館(講座・イベント情報)を検索し申し込んでください。申し込みはご家族ごとにお願ひします。ご友人同士合わせての申し込みはできません。



右のコードを読み取って
お申し込みください。



6月の講座予定

1日(月) パソコン教室

2日(火) かんたんエクササイズ

3日(水) 元気かばい 楽しく笑って健康に

5日(金) ママのほっとタイム デイブアート

6日(土) 親子クッキング

6日(土) 英会話ファーストステップ

6日(土) 現川焼をつくってみよう

8日(月) はじめてのヨガ

9日(火) かんたんエクササイズ

10日(水) 元気かばい 楽しく歌おう

12日(金) おはなしのへや

13日(土) こどもシアター

13日(土) にこセンシネマ

16日(火) 味わい深い苔玉作り

17日(水) 元気かばい 心と体の元気アップ体操

18日(木) ベジタブルクッキング

20日(土) 現川焼をつくってみよう

22日(月) はじめてのヨガ

23日(火) ゆったりハンドメイド

24日(水) 元気かばい 心と体の元気アップ体操

25日(木) あったかホームメイドパン



今月の川柳 (お題：自由吟)

老いの意地背筋伸ばして生きている (長野昌幸)

浦上の地に双塔の鐘清らかに (川村恵子)



6月は、高城台小学校の子どもたちの
作品を、月末まで掲示しています。

どうぞ鑑賞ください。

なくそう差別 守ろう人権