

河東公民館

〒969-3481 河東郡山形市千子山32番地
TEL (75) 21127
FAX (75) 2165

まち歩き

《ふくしまの魅力!!》

県内の文化・芸術・自然・歴史を身近に感じ、様々な「ふくしま」の魅力を探しながら、受講生同士の交流を図ります。

▽対象：成人 20名
▽期間：7月・8月・10月 全3回

▽内容：県内の博物館や記念館、美術館、鍾乳洞等の施設での移動学習。

▽詳細については施設等の催しの実施状況により決定します。現地までの移動は公民館バスを使用します。

▽費用：入場料、昼食代等の実費負担あり



下野街道「氷玉峠」にて(まち歩き あいづ五街道)

食のワールドツアー

世界各国の食文化を学び、伝統料理に挑戦します。

▽対象：成人 各国 20名
▽期間：9月～12月 4回 主に日曜日の午前

▽受講申込は7月に行います。河公だより7月号又は河東公民館へお問い合わせください。



スリランカ編カトウレットを作りました!(食のワールドツアー)

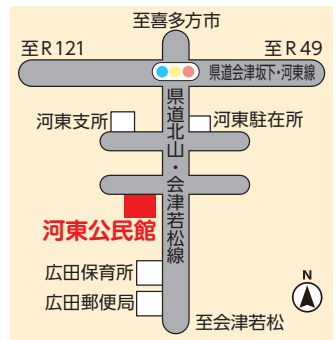
まなびの部屋

元気に集い、ゆつくり体を動かしたり、歌ったり楽しく会話しながら、健康維持の意識を高め親睦を図ります。

▽対象：60歳以上 40名
▽期間：5月～12月 1回

▽内容：火曜日の午前 ストレッチなどの軽体操・椅子フラ・歌と講話・世代間交流など

▽費用：無料



暮らしに役立つスマホ講座

スマホをもっと便利に、楽しく安全に活用する方法を学ぶ初心者向けの講座で、暮らしに役立つ内容を準備しました。

▽対象：成人 15名
▽初めて受講する方優先
▽期間：5月～6月中 4回

▽内容：安全に使うために
・アプリの活用方法
・個別の相談 他

▽講師 (株)エヌ・エス・シー

▽費用：無料

初心者向けスマホ相談会

スマホの初歩的な使い方の疑問にお答えします!
●6～7月のうち4日間
●事前の予約が必要です。
※詳しくは公民館へお尋ねください。

てわっさ教室

《匠の部屋》

ものづくりを中心に様々なことを体験します。

▽対象：成人 20名
▽期間：6月～7月 4回

▽内容：主に日曜日の午前
・水引で作る小物
・木はり絵
・豊コースター

▽費用：材料費等の実費負担あり
▽豊コースターは須賀川まで公民館バスで移動し1日の日程になります。



木はり絵イメージ
※紙のように薄くスライスした天然の国産の木を使ってつくるはり絵です。(てわっさ教室)



筆絵イメージ (てわっさ教室)

悠遊倶楽部

同じ趣味を持つ市民同士での活動を通し、潤いのある時間を過ごすとともに知識・技能の向上を図ります。

▽対象：成人
▽期間：5月～12月 1回 水曜日の午後 1人1教室

▽内容：書道教室 15名
講師 三城英子さん

※月ごとの課題にチャレンジします

○クラフト教室 15名
講師 秦 洋子さん

※初心者の方対象

○藤工芸教室 10名
講師 塩谷 寿枝さん

※初心者の方対象

○フィットネス教室 20名
講師 五十嵐 宏美さん

※ズンバ・ヨガ・体バ等の体験

▽費用：教室により材料費等の実費負担あり



書道教室の様子 (悠遊倶楽部)

河東公民館への申し込み方法は最終ページ (P12) をご覧ください。