

回																			
覧																			

# 東部まちづくりセンターだより

12月号

熊本市配布文書番号第6号 発行：熊本市東部まちづくりセンター・公民館  
〒862-0912 熊本市東区錦ヶ丘1-1 電話 096-367-1134

## 【参加者募集!!】人が元気！まちが元気！東部健康塾☺

健康づくりを応援する講座を開催します🎵

9名のスペシャリストたちが**実生活に関わり深い内容**を盛沢山に講義します🎧  
 (口腔ケア/介護予防/認知症予防/傾聴/食事/論語/イスヨガ/睡眠/振りこめ詐欺防止)

「自分はまだ大丈夫」と思っている方も、ぜひご参加を!!

定員は、先着30名です

おたずねやお申し込みは、東部まちづくりセンターまでご連絡ください☎ (096-367-1949)

【開催場所】東部公民館2階ホール

【開催期間】1/24～3/21の日曜日、90分の全9回シリーズ(※一部水曜日開催)

※受講料として、資料代1,000円のみご負担いただきます

### 《過去の参加者の声》

- ★生活に関係が深い内容でとても参考になった
- ★週に一度の出かける楽しみになった
- ★講座内容に変化があり、いろいろあって楽しかった
- ★テレビ等で見聞きするより、実践で解りやすかった・ためになった
- ★すぐ活かせるものばかりだった
- ★福祉についてもより深く学べた



## ◆公民館主催講座のご案内

### 講座名「門松づくり」

熊本市東部公民館

検索



- 【概要】 門松づくりを通して、迎春準備を進め日本の伝承行事に触れます。
- 【日時】 令和2年(2020年)12月23日(水)午前10時～正午
- 【場所】 東部まちづくりセンター・公民館(ホール)
- 【講師】 本田 洋典さん(NPO法人・グローバル園芸療法センター)
- 【対象】 どなたでも<定員:20人>  
 ※小学3年生以下の場合は、保護者同伴 ※材料費:500円
- 【申込み】 窓口(はがき持参)、往復はがき、よろず申請本舗  
 ※申込み締切日:12/10(木)まで、多数の場合抽選
- 【準備物】 ハサミ、カッター、雑巾、持ち帰り用袋、活動に適した服装



### 講座名「歩く人(健康ウォーキング)」

- 【概要】 ウォーキングを通して、健康増進や運動に親しむ習慣を身につけます。
- 【日時】 令和3年(2021年)1月15日・29日、2月5日・19日 金曜日 <全4回>  
 午後2時～3時半 ※雨天時は、東部公民館で実施
- 【場所】 集合:東部まちづくりセンター・公民館(ホール)  
 解散:熊本市錦ヶ丘公園ウォーキングコース
- 【講師】 山下 亮さん(「熊本健康・体力づくりセンター」健康科学トレーナー)
- 【対象】 どなたでも<定員:20人>※参加費無料
- 【申込み】 窓口(はがき持参)、往復はがき、よろず申請本舗  
 ※申込み締切日:12/24(木)まで、多数の場合抽選
- 【準備物】 活動に適したシューズ・服装、給水用具、他



## ◆今月の休館日（公民館・図書室・児童館）※含：年末年始の休館日

- 12月の休館日は、7日（月）・14日（月）・21日（月）・28日（月）です。  
※ 10日（木）は、図書整理日のため、図書室のご利用はできません。
- 年末年始の休館日は、以下のとおりです。



令和2年(2020年)12月						令和3年(2021年)1月				
26 (土)	27 (日)	28 (月)	29 (火)	30 (水)	31 (木)	1 (金)	2 (土)	3 (日)	4 (月)	5 (火)
○	○	休	休	休	休	休	休	休	休	○

## ◆児童館からのお知らせ

「ドナルド先生とあそぼう！」を募集します。

- ☆12月9日(水)午前10時30分～(0歳児対象) 10組(先着順)12月2日より受付
- ☆12月15日(火)午前10時30分～(1・2歳児対象) 10組(先着順)12月8日より受付

- ◆申込方法は、開催日の1週間前から児童館事務室で受付となり、先着順です。
- ◆定員になり次第、受付終了します。電話での受付はできませんので、ご注意ください。
- ◆活動日は、午前10時ごろより児童館の利用を制限させていただきます。
- ◆詳しくは、児童館事務室までお尋ねください。



＝お知らせ＝

親子で作ってみませんか？簡単にできますよ。児童館では、その月のカレンダーや制作物のキットを準備して配布しています。（数に限りがあります。）作り方がわからない場合は、職員と一緒に作ることも可能です。12月は、クリスマスリース等を作って楽しみましょう。お気軽にお尋ねください。

## ◆「おはなしのへや」のご案内

「東部・秋津おはなしの会」の皆様による「おはなしのへや」を毎月行っています。12月の予定は、以下のとおりです。会場は、公民館ホールに変更になりました。

- 「ひよこ（0歳対象）」：1日（火）10:30～11:00
- 「こりす（1・2歳対象）」：8日（火）10:30～11:00
- 「うさぎ（3～5歳対象）・きりん（6歳～小学生）」：19日（土）14:00～15:10 ※冬のおはなし会



## ◆図書室おすすめの本

『パンやのくまさん』 フィービ&セルビ・ウォージントン：さく／え、まさき るりこ：やく

この物語は、パンやの一日の仕事を通して、一生懸命に働くことの大切さを教えてくれます。皆に愛され、すこやかに毎日を暮らすくまさんの様子が、温かみのある色彩で描かれています。何度も読み返したくなる一冊です。



## ◆新着図書のご案内

おとな向けの本		こども向けの本	
書名	著者名	書名	著者名
30日のイタリアン	相場 正一郎	きせつのぎょうじはなんのひ？	AndEIGHT
チーズの一皿	Scalea	こころキャラ図鑑	池谷 裕二
アンディウォーホールをさがせ!!	アンドリュー・レイ	さらう宇宙人図鑑	のぶみ
もっこすの城	伊東 潤	スタジオジブリのいろんなくらし	スタジオジブリ
許すチカラ	金子 恵美	366日じてん きょうなんの記念日	平野 恵理子
人鳥ワインテット	青本 雪平	パンダくんのおにぎり	いしかわ こうじ
孔丘	宮城谷 昌光	まどのむこうのくだものなあに？	荒井 真紀