

回覧																				
----	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

# 東部まちづくりセンターだより

熊本市配布文書番号第7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

2026  
6月号

## 東区役所福祉課 ころばん体操体験イベントのお知らせ

東区役所福祉課が作成したころばん体操体験会を実施します。転倒骨折予防のためのストレッチや筋力体操が中心です。

【日時】令和8年7月7日(火)午後2時~3時半

【場所】東部公民館ホール【定員】50名程度

【講師】広域リハビリテーションセンター専門職(熊本託麻台リハビリテーション病院)

【対象】熊本市内在住の方

【準備】フェイスタオル1枚(体操用)、飲み物

【申込】6月5日から申込み開始

右の二次元バーコードまたは東区役所福祉課へ電話で申込み  
(東区役所福祉課 ☎367-9127)



## 東部公民館からのお知らせ

### ◆今月の休館日(公民館・図書室・児童館)のお知らせ

- 6月の休館日：1日(月)・8日(月)・15日(月)・22日(月)・29日(月)
- 6月11日(木)は、図書整理日のため、図書室のご利用はできません。

### その①：講座名「シニア筋トレ」

【概要】気軽にできる筋トレメニューを学び、筋力低下を予防し生活の質(QOL)の維持を図りませんか？

【日時】令和8年(2026年)①6月25日(木)②7月9日(木) 午前10時~午前11時半

【場所】東部まちづくりセンター・公民館(ホール)

【対象】どなたでも <定員:35人>

【講師】熊本市文化スポーツ財団より2名派遣 【費用】無料

【申込】窓口(はがき持参)、往復はがき、電子申請(ホームページまたは右の二次元バーコードから)

※申込期間:5/27(水)~6/10(水)、多数の場合抽選

【準備物】スポーツに適したシューズ・服装、給水用具、タオル



### その②：講座名「熊本の歴史」

【概要】熊本の歴史を探求し、見聞を深めるとともに、郷土熊本へ愛着を高めませんか？

【日時】令和8年(2026年)7月~10月 第1・3金曜 午後1時半~午後3時半<全8回>

①7/3 ②7/17 ③8/7 ④8/21 ⑤9/4 ⑥9/18⑦10/2 ⑧10/16

【場所】東部まちづくりセンター・公民館(A研修室)

【対象】どなたでも<定員:35人>

【講師】黒田 孔太郎さん(元ジェーンズ邸館長) 【費用】無料 【準備物】筆記用具

【申込】窓口(はがき持参)、往復はがき、電子申請(ホームページまたは右の二次元バーコードから)

※申込期間:6/3(水)~6/17(水)、多数の場合抽選



### その③：講座名「はじめての資産形成~NISAを上手に活用しよう~」

【概要】ライフデザインについて考え、資産形成について学んでみませんか？

【日時】令和8年(2026年)7月2日(木)午後2時~3時半

【場所】東部まちづくりセンター・公民館(A研修室)

【対象】どなたでも<定員:35人>

【講師】三井住友信託銀行より 【費用】無料 【準備物】筆記用具

【申込】窓口(はがき持参)、往復はがき、電子申請(ホームページまたは右の二次元バーコードから)

※申込期間:6/3(水)~6/17(水)、多数の場合抽選



**笑顔あふれる やさしいまち** 掲示しています！人権啓発パネル

公民館では、人権啓発パネルを掲示しています。新しくなかも入りしたパネルは「笑顔でつながるみんなのまち」です。笑顔が、人と人、そして心と心を優しくつなぎ、安心して暮らせる地域を育てていくことを伝えています。

パネルの作品は、笑顔に満ちたまちの姿を思い描いたもので、小学生の素直な願いが伝わってきます。その願いを受け止めることは、今を生きる私たちおとなの大切な役割でもあります。

あいさつや声かけ、ちょっとした気づかいから生まれる笑顔は、世代を超えて人をつなぎます。こどもの思いを出発点に、おとなも子どもも一緒になって、人権を大切にすることを次世代へ、そして未来へとつないでいきましょう。

公民館から広がるこの輪が、「人権尊重のまちづくり」につながっていくことを願っています。



◆児童館からのお知らせ

講座名	概要	日時	対象児・定員	申込み
乳幼児リトミック	音楽やリズムを体を感じる中、完成や表現を養うとともに、情緒の安定や親子のコミュニケーションを図る。	6/10 (水) ①10時～10時45分 ②11時～11時45分	①3ヶ月から11ヶ月児 ②1,2歳児各12組	6/2(火)～ 児童館窓口 ★
3B体操	3B(ボール、ベルダーなど)を使った体操や親子ふれあい遊び。	6/17 (水) 10時30分～11時30分	1,2歳児 12組	6/9(火)～ 児童館窓口 ★
キッズスポーツ (全4回)	運動用具の基礎を学び、バランス感覚や柔軟性を養います。	6/6(土) 第2回目 6/13(土) 第3回目 6/27(土) 第4回目 ①13時30分～ ②14時30分～	①1・2年生 ②3～6年生 各15人	5/1(金)～5/17(日) ホームページと児童館 窓口(郵便はがき持参)

※場所は、東部児童館プレイルームで行います。キッズスポーツは、公民館2階大ホールで行います。

※申込み欄★印は、窓口先着順です。

◆おすすめの本 「せっかちなハチドリ」作・安東 みきえ 絵・隆矢 なな

大きなかたつむりのマイマイは、小さなからだで休むことなく飛んでいるハチドリが心配でたまりません。一方、ハチドリはそんなマイマイがうとうとして、ひどい言葉を口にしてしまいます。それでもマイマイは気になってハチドリのあとをついてまわります。

性格も考え方も正反対のふたりのやりとりを通して、だれかを思いやる気持ちをなくさないことが大切なんだと気づかされるお話です。

◆新着図書のご案内

おとな向けの本		子ども向けの本	
書名	著者名	書名	著者名
書店に行くときだいたいイコトが起こる	杉浦 正人	ねむねむふわ～あ	真珠 まりこ
言問ラプソディ	小野寺 史宜	いきもののふしぎなぜ? どうして?	今泉 忠明
怪蒐	糸世 朔	つくってみたい!かぎ針あみのときめき☆こもの かわいいあみぐるみ!シマエナガ・うさぎ・ねこほか	寺西 恵里子
月がきれいな夜に、誰かに思い出してほしかった The Ex-Boyfriend's Favorite Re	川代 紗生	バトルスタジアム最強決定戦 モンスターナンバーワン	塩味 鷹虎
80代でも若返る脳	加藤 俊徳	ラストで「まさか!」の3分間ストーリー ドキドキするお話	PHP 研究所
村上祥子の簡単レンチンレシピ160	村上 祥子	はっばのうえに(幼児絵本ふしぎなたねシリーズ)	たての ひろし