

東公だより

東那須野地区
 人口 12,353人(+6)
 男 6,158人(-3)
 女 6,195人(+96)
 世帯 5,502世帯(+76)
 令和8年5月1日現在
 ※()は前月比

発行：東那須野公民館
 館長：高橋 美由紀
 〒329-3147 東小屋 474 番地 11
 Tel:0287-67-1163 Fax:0287-67-1164
 Mail:kou-higashinasuno
 @city.nasushiobara.tochigi.jp

班
回
覧

令和8年度 東那須野公民館 家庭教育支援事業

子育てリフレッシュ講座「にっこり」参加者募集！！

この機会にぜひ、全3回の「感性みがき」講座に参加してみませんか？

- ・時 間：午前10：00～11：30（回によって変更あり）
- ・対 象：7月時に1歳から就園前のお子さまと市内保護者
- ・定 員：15組程度 定員を超えた場合は抽選
- ・申込み：二次元コード・公民館窓口・電話（67-1163）
- ・締切り：6月12日（金）



※0歳以下は託児ができません。ご了承ください。

回	期 日	講座内容	講 師	材料費
1	7月 2日 (木) 10:00 ～11:00	「親子で心を通わせる リトミック」 親子で思いっきり体を動かして、笑顔の時間を...	清水 絵里子 先生	無 料
2	10月1日 (木) 10:00 ～11:30	「体の中から美しく！ 発酵じかん」 塩麴と麴甘酒を使った 万能だれとドレッシング4品 託児あり	発酵おうちごはん hare 主宰者 渡辺 瑞季 先生	1,000円
3	12月3日 (木) 10:00 ～11:30	「ふんわり癒しの 毛系のコケ玉作り」 緑を育てて自分時間に彩りを 託児あり	毛系のコケ玉® コロッコ認定講師 「Ruban(リュバン)」 齋藤 梨沙 先生	1,500円



コロんとかわいい
「毛系のコケ玉」
写真はイメージです



体がよろこぶ「塩麴レシピ」
写真はイメージです

ときには、自分へのご褒美時間を
つくってみませんか・・・



公民館への
問い合わせ



東公だより
バックナンバー

～公民館講座・教室が始まります～

成人セミナー 参加者募集中

大人の学び講座を開講します！
地域活動や健康のことをあらためて学んでみませんか？
※高齢者学級との共催になります。



※ちぎり絵で作成します

- ◎ 対象：東那須野公民館区内に居住の成人 定員10名
- ◎ 期間：5月・7月・10月（全3回）
- ◎ 時間：9：30～11：30
- ◎ 申込み：※随時お電話で申し込みください。TEL：67-1163
 - ・7月17日（金）健康講座『エンジョイ シニアリトミック』
 - ・10月16日（金）ものづくり体験『ちぎり絵を体験しよう』

おもと大学(高齢者学級)

- ・5月15日 開講式 中国の楽器(二胡)を聴こう
 - ・6月19日 指ヨガ体験 PART2
 - ・7月17日 エンジョイ シニアリトミック
 - ・8月21・28日 夏の和菓子(練り切り)体験
 - ・9月18日 移動教室
 - ・10月16日 ちぎり絵体験
 - ・11月20日 ディスコン大会
 - ・12月25日 冬の寄せ植え教室
 - ・1月15日 閉講式 沖縄三線を聴こう
- ※募集は締め切りました。

趣味の講座(草木染教室)

- ・6月5日 玉ねぎの皮
- ・8月7日 藍の生葉
- ・11月6日 ピンク系の染物(おたのしみ)



エシントリーム教室(科学工作)

- ・6月20日 デジ番ドックを作ろう
身近な電気製品を改良しデジタル番犬を作成
 - ・8月1日 プログラミングに挑戦
こどもパソコンを使って、ロボットカーの制御
 - ・9月19日 簡単なモーターを作ろう
モーターの原理のお勉強
 - ・12月5日 LEDの楽しいおもちゃを作ろう
青色LEDが点灯するおもちゃづくり
- ※講座は大原間、波立小の児童へ募集済みです。

東那須野おはやしクラブ

- ・6月5日 親子おはやし体験教室
- 6月12日 親子おはやし体験教室
19時～21時 入退出自由
事前申し込み不要
- ・6月19日 開講式
↓
練習日：毎週金曜日
↓
・11月20日 閉講式 全23回