

ながもりだより

冬号

令和8年2月20日

郡山市永盛地域公民館

TEL・FAX 024-947-0277

Email:nagamori-pub

@city.koriyama.lg.jp

発行責任者 館長 芳賀綾子



ごあいさつ

雪の解けだす頃、雨水の候となりましたが、今年は特に春の訪れが早いように感じられる日々です。とは言え東北の冬です。まだまだ寒い日も訪れるでしょうから、皆様にはご自愛なさってお過ごしください。よろしくお願いいたします。

さて当公民館では、地域の皆様方をはじめとする多くの方々のご理解とご支援をいただきながら、様々な公民館事業を行えた一年でした。この事に心より感謝申し上げます。

参加いただいた皆様の笑顔が、私共公民館職員にとって最高の喜びでした。

来年度もこの笑顔に出会えることを楽しみに、これからも新年度事業を行って参りますので、よろしく願い申し上げます。



主催事業等の報告

◆ながもり男性マスタース、さわやかにチャレンジ学級合同企画◆

11/12 バス館外学習

「寛政の改革」の松平定信をたずねる白河の城下町と題して藩主・松平定信にゆかりの深い白河小峰城・南湖公園・白河だるま について造詣を深める館外学習を行いました。



◆三世代交流事業◆

12/27 「ミニ門松」を作ってみよう..... 講師：橋本 寿一 先生

年末恒例になった「ミニ門松」作りを親子、おじいちゃんおばあちゃんと一緒に取組み、新年を迎える準備を整えました。



◆DX戦略課連携事業◆

12/1 「スマホの基本」と「ネット詐欺対策」... 講師：ソフトバンク桑野

スマホの基本操作を学びながら、最近多発しているネット詐欺への注意と対策についても学びました。



◆ながもり男性マスタース◆

12/4 歴史講座..... 講師：岡田 峰幸 先生

郡山の古代から江戸時代にかけての歴史について、安積町を中心に学びました。

人気の岡田先生の講座は学級生以外の方へも門戸を広げ、大変好評を博しました。



❖さわやかにチャレンジ学級❖

12/11 フレイル予防健康講座..... 講師：郡山市保健所・健康づくり課
健康寿命を延ばし、生きがいをもって毎日を過ごすために ①運動②食事③社会とつながる の三要素の大切さを学び、リハビリ専門の先生による運動指導も受けました。

1/14 ラテアート・コーヒー講座..... 講師：橘 芳昌 先生
コーヒーに描くアート「ラテアート」に挑戦しました。豊かな薫りとまろやかなコクを愉しんだ贅沢な時間でした。



❖わいわい子育て講座❖

12/18 「アイシングクッキーでクリスマス♪」.. 講師：唯野 幸枝 先生
クリスマスに因んだかわいいアイシングでクッキーをデコレーション。ママと子供たちのすてきな時間を過ごしました。

1/22 「親子でピザをつくってみよう♪」..... 唯野 幸枝 先生
親子で仲良く、皮から手作りのピザ♪ カルツォーネも一緒に作りました。
パパへのお土産も楽しく美味しく出来上がりました。



❖ながっち～あつまれ❖

12/24 ティラミスをつくろう！..... 講師：唯野 幸枝 先生
イヴに手作りクリスマスケーキを！ということで小学生児童たちがティラミスケーキづくりに挑戦しました。
「自分で作ったケーキを食べるのが楽しみ♪」と皆、大満足でした。



❖市民学校❖

「ピラティス」ってな～に？..... 講師：根本 香帆 先生
ピラティスは体幹の深層筋肉を鍛えるエクササイズです。呼吸法と合わせて全身のバランスを整え、柔軟性や美しい姿勢などを目指します。肋骨を広げる「胸式呼吸」という呼吸法で行います。

「ゆっくりした動きながら、なかなかハードで身体に効きそう！」との皆さんの声でした。

1/28 ・ 2/4 ・ 2/18 ・

2/25 (予定)



QRコードを読み込んでいただきますと、永盛地域公民館の主催事業などの様子がご覧いただけます。

Instagram



ホームページ

