令和８年１１月　　東部・祝徳公民館だより　　第167号
発　行
東部公民館
TEL63-3941
祝徳公民館
TEL62-0295

山の辺

休館日　火曜日・水曜日・祝日

～講座のご案内～　申し込みは各公民館へお願いします

東部公民館
みんなで楽しく歌いましょう♪
昭和歌謡・Ｊ－ＰＯＰ

大きな声で歌うことは、健康づくりにつながります。

日　時　１２月６日(日)
　　午前10時～11時30分
場　所　東部公民館　リズム室
講　師　辻中　理恵　氏
　（元ヤマハエレクトーン講師）
定　員　２０名
申込み　１１月２８日(土)まで



東部公民館
しめ縄づくり

山の辺小学校３年生の児童と一緒にしめ縄を作りましょう！

日　時　１２月１７日(木)
　　午前９時15分～11時30分
場　所　山の辺小学校　体育館
講　師　中野　雅晴　氏
持ち物　はさみ、
　　上履き
材料費　無料
定　員　１５名
申込み　１２月４日(金)まで



東部公民館　健康ボディ体操

ボール(小)やタオルを使って身体の不調を整え、運動機能を高める体操です！

日　時　①令和９年１月２５日(月)
　　②令和９年２月８日(月)
　　両日ともに午前９時30分～11時
場　所　東部公民館　リズム室
講　師　田中　清美　氏（健康運動指導士）
持ち物　上履きシューズ、タオル、飲み物、
　　ヨガマットまたはバスタオル、
定　員　各日２０名
申込み　１２月２７日(日)まで

祝徳公民館　寄せ植え

寄せ植えで新年を明るく彩りましょう。

日　時　１２月１８日(金)
　　午後１時30分～３時
場　所　祝徳公民館　大会議室
講　師　龍口　いつ代　氏
持ち物　軍手(ゴム手袋)、
　　エプロン、スコップ、持ち帰り用袋
材料費　２，５００円（鉢付き）
定　員　２０名
申込み　１２月４日(金)まで



東部公民館　男の料理教室

誰にでも作りやすく、健康にも良いメニューです！

日　時　令和９年１月３０日(土)午前９時30分～12時
場　所　東部公民館　料理室
講　師　今西　康世　氏
持ち物　エプロン、三角巾、マスク、タオル
材料費　１，０００円
定　員　１２名
申込み　令和９年１月１６日(土)まで



メニュー

・健康増進ずぼら鍋
・具だくさんのいろごはん
・人参の美人サラダ
・カリッとジューシー鶏からとフライドポテト

※次回の公民館だより「山の辺」は、１月に発行します。

第４５回東部公民館まつり

東部公民館まつり実行委員会

１１月１４日（土）午後１時00分～午後４時00分
１５日（日）午前９時15分～午後３時00分

◆展示（両日）…書道教室・茶道サークル
活脳クラブ(体験コーナー)・公民館活動などの写真
山の辺幼稚園園児の作品と絵画・山の辺小学校児童の
絵画、山の辺のむかしばなし他



◆オープニング…15日(日)午前９時15分～
和太鼓演奏・開会あいさつ

◆野菜即売会　…15日(日)午前９時30分～午前11時30分
地域で採れた新鮮な野菜等を販売します！売り切れ次第終了。

◆模　擬　店　…15日(日)午前10時15分～午後２時00分
おでん、みたらし団子、うどん、ぜんざい、
マンゴープリン、お茶席(午後３時まで)
※食券を販売します。売り切れ次第終了！



◆発　　表　…15日(日)午後１時00分～３時00分
さわやか健康体操、和太鼓、いちょう体操他



◆イベント　…15日午前10時00分～11時30分
骨密度測定・体組成測定、巨大ダーツ体験、
薬と健康についての相談(おくすり手帳をお持ちください)
※詳しくは、ポスター、チラシをご覧ください。

令和８年度「校区人権学習会」のご案内

本年度の校区人権学習会を、下記のとおり開催いたします。校区の皆さま方に、人権問題について考えるきっかけとしていただきたいと思います。誘い合ってご参加ください。

日　時　１１月２８日（土）午後１時３０分～（受付開始　午後１時）
場　所　東部公民館　リズム室
講　師　落語家　林家　染太 氏（上方落語家協会）
演　題　「笑う門には福来る～いじめられっ子だった僕が落語家になったワケ～」
◎講演の後に、落語と南京玉すだれもあります。



山の辺校区人権教育推進協議会

やまのべ多世代ふれあい食堂

１１月の多世代ふれあい食堂は、公民館まつりと日程が重なるためお休みさせていただきます。

≪山の辺幼稚園で遊ぼう≫



未就園児の親子登園日（２歳・３歳）を実施しています。ご近所お誘い合わせの上、ぜひ遊びにおいでください。　天理市立山の辺幼稚園【TEL】６２－０１８９

日　時	内　容
１１月１９日(木)14時00分～15時頃 (受付13時45分～)	・来年入園予定のお子様を対象に、就園児健康診断等を行います。
１２月１７日(木)9時30分～11時頃 (受付9時30分～)	・プレゼントバックにシールを貼ったり絵を描いたりしましょう。 ・3歳児の歌や楽器遊びを聴きましょう。 ・サンタさんがやってくるかも！？　・誕生会をしましょう。

※持ち物　上靴（親子共）・水筒・帽子を持参してください。
※登園前に体温を測り、健康チェックをしてきてください。動きやすい服装で来てください。