



やさしい **ヨガ体験教室**

参加者募集

正しい姿勢を身につけることで体の歪みが改善され、リラックス効果も期待できるヨガの基本を体験します。心身をリフレッシュしましょう。

【期 日】 令和7年1月20日、27日、2月3日、10日 すべて金曜日

【時 間】 午後1時30分～3時30分

【会 場】 城東公民館 2階 ホール

【対 象】 市内在住で興味のある方

【定 員】 12人（先着順） 【費 用】 無料

【講 師】 石井 桂子 先生

【持参品】 ヨガマットもしくは大きめの（厚手の）バスタオル、飲み物

【申込み】 12月18日（水）午前9時から城東公民館窓口で受付開始。

電話申込は午前10時から。（電話322-6195）



自分好みでつくる・・・

七味唐辛子教室

参加者募集

和食の代表的な調味料のひとつ七味唐辛子の調合を老舗専門店から学びます。

【期 日】 令和7年1月21日（火）

【時 間】 午前10時～正午

【場 所】 城東公民館 1階 実習室

【内 容】 七味唐辛子の調合体験

【対 象】 市内在住の成人 8人程度（先着順）

【費 用】 1,500円（材料代）当日集金

【講 師】 有限会社 吉田七味店

【申込み】 12月20日（金）午前9時から城東公民館で受付開始。電話申込は午前10時から。（322-6195）



オリジナルの七味を作りましょう

新春 城東落語独演会

江戸時代から受け継がれている「落語」。演者の巧みな話術と聞き手の想像力で噺の世界が広がります。どうぞ本物の落語をお楽しみください。

出演：立川らく次



【期 日】 令和 7 年 1 月 3 1 日 (金)

【時 間】 午前 1 0 時 ~

【場 所】 城東公民館 2 階 ホール

【内 容】 「新春 城東落語独演会」と題して落語を楽しむ

【対 象】 市内在住の成人 (城東地区の人優先)

【定 員】 3 0 人程度 (先着順)

【費 用】 無料

【出 演】 立川 らく次さん (落語立川流所属の真打)

【申込み】 1 2 月 1 7 日 (火) 午前 9 時から城東公民館で受付。電話申込は午前 1 0 時から。
(322-6195)

城東小 2 年生が「まちたんけん」で城東公民館へ



子どもたちが地域に出かけていろいろな場所を調べたり、働く人と関わりを持つ「まちたんけん」で、城東小 2 年生のうち 2 4 人が 1 1 月 8 日に城東公民館を訪れました。児童それぞれがたくさんの質問をしたり、各部屋を見てまわりました。

年末年始の休館日

1 2 月 2 7 日 (金) ~ 1 月 5 日 (日)

※ 公民館使用申請 2 月分の受付は 1 月 6 日 (月) から行います。