



# 令和8年度 東公民館だより 4月号



長崎市矢上町19番1号 東部地区にここセンター  
 メールアドレス com\_higashi@city.nagasaki.lg.jp  
 ☎ 095-838-3732 FAX 095-838-3256 令和8年3月19日発行

最近では随分と暖かくなりました。3月20日は一日の昼の長さや夜の長さが同じになる春分の日、桜の開花もうすぐです。現在、東公民館では春の講座の申し込みを受け付けています。締切は3月31日です。詳しくは、東公民館だより3月号や長崎市東公民館WEBサイト等を御覧ください。この春、何かに挑戦してみませんか？

**令和8年度自主学習グループ一覧～入会や見学を希望される方は、まず東公民館にご連絡ください～**

No.	学習内容	グループ名	学習日	時間帯	月会費(円)	会員数	代表者名	講師名
1	コーラス	コール・アザレア	毎週水曜日	9:30~12:30	3,000	26	薄田 ひとみ	大塚 裕子
2	囲碁	東公棋友会	毎週土曜日	12:30~16:30	500	19	下枝 康行	(講師不在)
3	木彫	くるみ会	第2・4金曜日	9:30~12:30	2,000	13	小森 行則	重松 勝也
4	尺八、三味線、民謡	竹友会	毎週木曜日	9:00~12:00	1,000	11	大鋸 利恵	野中 勉 前田 鈴子
5	書道	水曜会	第1~3水曜日	9:30~11:30	4,700 又は5,200	9	若杉 祥子	山崎 好翠
6	卓球	卓友会	毎週月曜日	10:00~12:00	年額10,000	22	山崎 良己	(講師不在)
7	川柳	川柳同好会	第2・4火曜日	17:50~19:50	年額500	10	川村 恵子	栗原 文絵
8	水彩画	たちばな会	第1~3水曜日	13:30~15:30	2,000	13	本田 真由美	松尾 優美
9	太極拳	長崎太極拳倶楽部	毎週木曜日	9:30~11:30	2,400	17	浅井 美砂子	小笠原 理恵
10	コーラス	プリティコーラス	第1・3火曜日	13:00~15:00	2,000	13	高田 恵子	八並 麻里絵
11	民謡	矢上民謡会	毎週金曜日	13:30~15:30	2,500	5	松尾 美代子	永田 利子
12	大正琴・三線・川柳・童謡	愛吟会	毎週月曜日	13:00~14:00	1,000	5	西山 惇一	島名 信治
13	空手	空手道 誠空会	毎週月・木曜日 毎週土曜日	18:30~21:00 18:00~21:00	3,000	67	林田 京子	田中 英明
14	押し花&レカンフラワー	押し花サロン	第3木曜日	13:00~17:00	2,000	9	清家 ひろみ	進藤 敦子
15	ZUMBA 背骨ヨガ イョング	ラ・フェルタ	毎週土曜日	18:00~21:00	ZUMBA2,700 背骨1,800	15	山下 純子	内野 みゆき
16	唱歌	うたおう会	第1・3週土曜日	10:00~12:00	1,000	10	井上 美寿子	八並 麻里絵
17	パソコン	東長パソコン会	第1・3週火曜日	9:20~12:20	2,000	14	志岐 富美雄	浜都 貞子
18	郷土史	郷土史勉強会	第1・3週水曜日	18:30~20:30	年額2,500	21	田上 春幸	織田 武人
19	卓球(ラージボール)	ニコクラブ	毎週水曜日 毎週金曜日	10:00~13:00	1,800	26	平山 房枝	(講師不在)
20	絵手紙	楽々絵手紙会	第2金曜日	9:30~12:30	250	9	犬束 武子	(講師不在)
21	空手	和道会 朱雀道場	毎週土曜日	14:00~18:00	3,800	8	白山 万里子	石橋 利香子
22	書道	香墨会	第1~3火曜日 第1~3木曜日	13:30~15:30 18:30~20:30	3,000	17	松尾 博美	西川 秀鳳
23	バウンドテニス	東長崎バウンドテニスクラブ	月4回金曜日 (金曜日使用不可の時は月曜日)	13:15~16:15	年額26,000	10	熊 佐智子	(講師不在)
24	★パソコン	東長パソコンB	第1・3週火曜日	12:45~16:45	2,000	12	小森 恵子	浜都 貞子
25	★ズンバ	バイラール	毎週水曜日 毎週金曜日	19:00~21:00 9:30~11:30	2,000	20	川口 笑美	井上 真美

★は、新しい自主学習グループです

## 退任の挨拶～お世話になりました！～

令和3年4月から5年間、主に夕方から閉館まで東公民館で勤務させていただきました。



公民館は、地域の皆様が定期講座で学ばれたり、スポーツ活動で汗を流されたり、地域の課題解決の活動等の拠点となる施設だと、改めてその事業の重要性に気付かされました。

この間、いろいろな出来事がありましたが、利用者から明るいお声掛けをいただいたときは、本当に嬉しかったです。皆様には大変お世話になり感謝しております。ありがとうございました。

【吉村好孝】

## 薬膳教室

初めて開催した講座です。今回は、各人の体調に合わせて食材を選び、オリジナルの薬膳茶を作りました。



## 御卒業おめでとうございます！

3月13日（金）に公立中学校で、3月18日（水）に公立小学校で卒業式が行われ、東長崎地域の6小学校と3中学校で合わせて846名(昨年度852名)の児童・生徒が、たくさんの思い出を胸に学び舎を巣立っていきました。



内訳は、戸石小94名(同88名)、古賀小65名(同51名)、矢上小70名(同93名)、日見小55名(同53名)、橘小58名(同79名)、高城台小85名(同72名)、東長崎中223名(同218名)、日見中54名(同48名)、橘中142名(同150名)です。

新しい環境への期待とともに不安もあるでしょうが、これからも目標を掲げて勉学やスポーツなどに励み、自分を信じて頑張ってください。

## 令和8年4月の講座等予定



10(金)	おはなしのへや	21(火)	歴史探訪
11(土)	こどもシアター、にこセンシネマ	22(水)	山野草散策
14(火)	歴史探訪	23(木)	レベルアップウォーキング
15(水)	山野草散策		スマホ講座入門
16(木)	レベルアップウォーキング	24(金)	ママのほっとタイム(スイーツ作り)
	スマホ講座入門	25(土)	英会話ファーストステップ
17(金)	長崎散策	27(月)	身体整うエイジレス体操
18(土)	楽しい卓球教室		パソコン教室
20(月)	フラワーアレンジメント	28(火)	歴史探訪
	身体整うエイジレス体操		ディンプルアート
	パソコン教室	30(木)	レベルアップウォーキング

🎵 今月の川柳 (お題：自由吟) 🎵

転けちゃったではすまされぬ骨密度 (佐藤 晶子)  
ドライバーも乗り込む客も高齢者 (伊東 蘭坊)

\*\*\*にこセン2階 展示コーナー\*\*\*

3月は矢上小学校  
4月はクローバーキッズ矢上  
の子どもたちの作品を展示しています。



なくそう差別 守ろう人権