



発行日：令和6年9月13日
 発行：旭川市東鷹栖公民館
 住所：旭川市東鷹栖4条3丁目
 電話：57-2622 FAX:57-3560



東鷹栖公民館ホームページQRコード



旭川市公民館事業課facebook

東鷹栖公民館で活動している各サークルでは、随時会員を募集しています。サークル活動の見学や体験は、随時行っていますので、興味のある方はお気軽にお問い合わせ願います。

令和6年度東鷹栖市民文化祭開催

長い歴史と伝統のある東鷹栖市民文化祭について、東鷹栖市民文化祭実行委員会と共催で11月に開催を予定しています。

市民文化祭は、生涯学習活動団体の活動成果発表の場並びに地域の皆さんの交流の場となる貴重な機会となっています。展示、舞台発表など、生涯学習活動団体の日頃の活動成果を是非ご覧ください。皆様お誘いあわせのうえ、ご来館ください。

芸能発表：11月3日（日）午後1時開演

作品展示：11月2日（土）午後1時から11月3日（日）午後4時まで

今後予定している公民館講座

講座名	講座内容	受付開始日
姫トレ&ピラティス講座	器具を使用して骨盤矯正や肩こり・腰痛対策のストレッチ 定員 各回8名 資料代300円 ①9月25日（水）19:00~21:00 ②9月28日（土）15:00~17:00	9月20日（金）～
「ポッチャ」&「モルック」体験会	子どもから大人まで、障がいの有無に関係なく誰もが楽しめる「ポッチャ」と「モルック」体験（参加料無料） 10月5日（土）13:30~16:00 1月25日（土）13:30~16:00 持ち物：上靴	申込不要
「ポールウォーキング」体験会	初心者向けのポールウォーキング体験会（お気軽に参加できます。参加料無料） 10月18日（金）10:00~12:00 持ち物：上靴・ポール持参	9月20日（金）～
笑い文字で「ありがとう」	笑い文字を体験しよう。福をよぶポストカードづくり 11月8日（金）10:00~12:00 定員15名 材料費600円	10月21日（月）～
未経験者・初心者向けスマートフォン教室	講師・インストラクターからの説明を受けながらスマートフォンの基本操作を学ぶ 11月15日（金）10:00~12:00 定員10名 スマホの貸し出しあり 参加料無料	10月21日（月）～

来年度の生涯学習活動団体登録説明会

令和7年度の生涯学習活動団体登録説明会につきましては、昨年と同様に一堂に会した説明会は行いません。個別に対応いたしますので、団体登録について不明な点は、随時お問い合わせ願います。

新規に申請する団体等につきましても、個別対応いたしますので、事前に公民館にお問い合わせ願います。





開放事業のご案内

大ホールを次のとおり開放しています。お一人でもお仲間でも無料、予約不要で利用できます。上靴や用具は、持参願います。

昨年度から、「ウォーキング&ポールウォーキング」での開放を行っています。

雪の降る期間、室内でウォーキングをしてみませんか？

※ご利用前に利用申込書（お名前など）の記入をお願いしています。



本館 大ホール	卓球	毎週月・金曜日 13:00~17:00
	ゲートボール	11月~4月の木曜日 13:00~17:00
	ウォーキング&ポールウォーキング	11月~3月の金曜日 9:00~12:00
	自由あそび（対象は、幼児・小・中学生）	随時【部屋利用が無いとき（平日 13:00~17:00）に開放】

※催しなどのため開放できない場合があります。詳細は、お問い合わせください。

公民館地域フォーラムのご案内

ゴミの収集、安心できる子育て、景観など暮らしの中で気になる事はありませんか？
公民館地域フォーラムは、自由に地域の課題を話しあい、その課題を公民館での「学び」により解決できないか考える集まりです。どなたでも参加可能です。お気軽に参加ください。

【時間・場所】

日 時：令和6年12月4日（水） 午前11時から1時間程度

場 所：東鷹栖公民館 2階 講堂

申込み：12月2日（月）まで 東鷹栖公民館へ電話（57-2622）又は
FAX（57-3560）でお申込みください。

【フォーラムの内容】

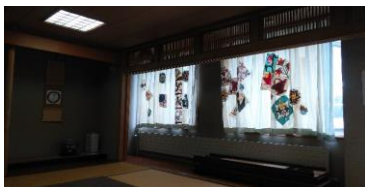
公民館の事業や地域課題についての意見交換



奉仕活動のお礼

パッチワークの技術の習得と向上を目的に活動している「サークル.コットン」（代表 中嶋 洋子）様が、和室講座室のカーテン破れ補修等の奉仕活動を行っていただきました。

公民館が、地域において親しまれる場となるようにとの「サークル.コットン」様の思いに
応えられるよう、今後も適切な施設管理を行ってまいります。誠にありがとうございました。



ベルマーク運動についてのご報告

平成28年度からベルマーク運動を行っており、皆さまのご理解、ご協力により令和6年6月現在ベルマーク預金の使用可能金額が、36,019円となりました。

今年、預金から公民館利用者の熱中症対策として本館大ホール用と第1分館用に各1台大型扇風機を購入いたしましたので報告いたします。

御協力いただいている地域の皆さま並びに公民館利用者のお気持ちをしっかりと受け止め、大切に活用させていただきます。





東鷹栖公民館生涯学習活動団体会員募集中



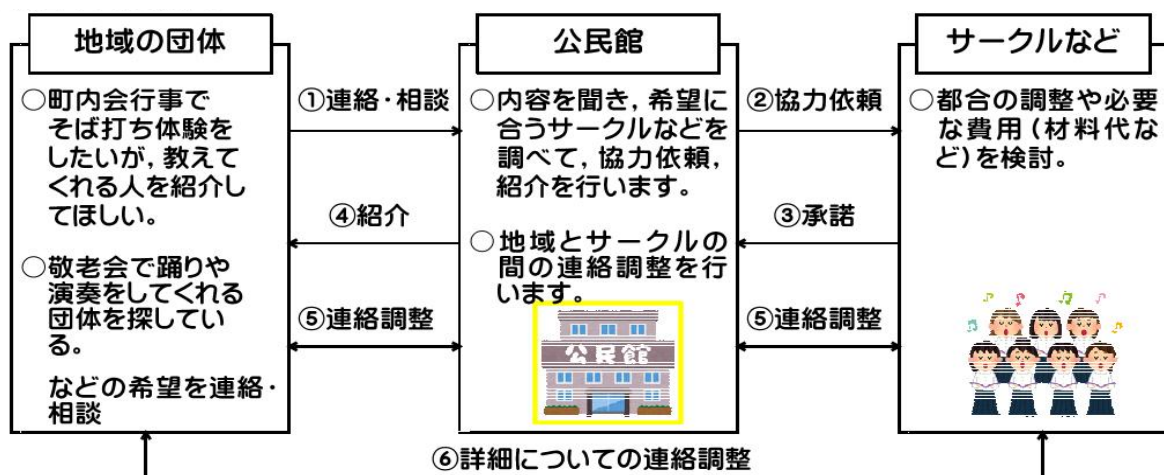
「入会」や「体験・見学（無料）」を希望する場合は、東鷹栖公民館（TEL: 57-2622）へ御連絡ください。

種別	団体名	会員数	活動日時	月会費(円)	活動目的・内容紹介
書道	さつき書道会	6	毎週水曜	2,700	私達は児童生徒一般全ての人の書写の環境を整え「豊かな心」を取りもどすため「手書き文字」に取り組んでいます。 ・旭川市東鷹栖市民文化祭作品展に参加 ・各毛筆・硬筆コンクール等への作品出品参加 ・その他研修への参加
			13:30~17:00		
書道	みやび書道会	5	毎週水曜	2,700	日本の伝統文化である「お習字」を大切にし、「手書き文字」を大切に学んでいます。 ・旭川市東鷹栖市民文化祭作品展に参加 ・各毛筆・硬筆コンクール等への作品出品参加 ・その他研修への参加
			18:00~20:30		
書道	東鷹栖書道クラブ	8	毎週土曜	上級3,000 中級2,500 子供2,700	毎週土曜日、講師を招いて習字や書道を学んでいます。小中学生は、毛筆と硬筆、大人（高校生以上）は毛筆、かな、細字、筆ペン、ペン字を学びます。同じ目的を持つ者同士が楽しく学ぶように心がけています。ご参加を待っております。
			13:00~17:00		
書道	未広書道サークル	6	不定期（日曜）	1,000	書道研修、作品制作とともに、会員相互の親睦を図ることを目的としています。
			13:30~17:00		
陶芸	陶芸サークルつくしんぼ	8	第1・3水曜	1,000	頭で考え、指先まで使う陶芸は脳トレに最適。技は陶芸家の先輩が丁寧に伝授。作品はコップや花瓶、置物、飾り物、芸術作品も。明るく楽しく暖かい、笑い声が絶えない会話、余暇を生かすには最高の場、ぜひ一度見学を。
			第1・3木曜		
陶芸	陶芸サークルつくしんぼ	8	9:00~16:00	1,000	頭で考え、指先まで使う陶芸は脳トレに最適。技は陶芸家の先輩が丁寧に伝授。作品はコップや花瓶、置物、飾り物、芸術作品も。明るく楽しく暖かい、笑い声が絶えない会話、余暇を生かすには最高の場、ぜひ一度見学を。
歌謡	しのめ・「なつメロ会」	7	第1・3水曜 (第1分館)	100	毎月第1・第3 水曜に例会を行っています。(1月・8月は第2・第4水曜の場合有り)。6000曲の中から自分の好きな歌を唱い楽しんでいます。
			13:00~17:00		
民謡	親照会	5	毎週金曜	3000	民謡技術の向上とともに、会員相互の親睦を図っています。
			13:00~17:00	演奏者 2,000	
民謡	江差追分未広会	5	第2・4月曜 (第1分館)	1,000	北海道無形文化財江差追分の研修と技術の向上、会員相互の親睦を図っています。
			13:30~17:00		
邦器楽	大正琴サークル	5	月3回水曜	4,200	・大正琴発表会の参加 ・公民館文化祭の参加 ・施設への訪問ボランティア演奏 ・国民文化祭の参加 等を行っています。
			9:00~12:00		
日本舞踊	東鷹栖現代舞踊サークル	6	毎週火曜	3,000	講師の指導のもとで踊りを通じて、会員相互の親睦を図っています。
			13:00~17:00		
ダンス	ブラウセルン	26	毎週土曜	A:3,000 B:3,000 C:5,500	難易度（3クラス）別に楽しく活動しており、毎年様々なイベントやお祭りに参加しています。体験・見学は随時募集をしておりますので対応クラスの相談などお気軽に御連絡ください。
			9:00~12:00		
ダンス	ブラウセルンAlt	11	毎週水曜	3,500	キッズダンスを通し、集中力、基礎体力、リズム感と技術の向上を図るとともに、会員相互の親睦を図ることを目的としています。
			13:30~17:00		
映像制作	写友「ショット」	8	第2水曜	500	生涯の趣味として写真を撮ってみませんか。被写体は個人個人で。好きなものを見つけてはシャッターを切るときの心のときめき、気持ちを込めた作品を作ってみませんか。
			13:00~17:00		
華道	アレンジメント フラワーサークル	6	第3土曜 (第1分館)	成人1,000 子供 500	アレンジメントフラワー、ヨーロッパ、もり花、なげ入れご自分が好きな形の花を活けています。公民館合同展に出展しています。
			9:00~12:00		
バレー ボール	ウインズ	10	毎週火曜	2か月毎 600	40代から50代中心のメンバーで週1回活動しています。興味のある方が、一度見学に来てください。
			9:00~12:00		
バレー ボール	ウェンディーズ ミニバレーサークル	12	月3~4回 水曜	100/回	初めての方 歓迎いたします。
			9:00~12:00		
空手	東鷹栖空手クラブ	13	毎週月曜	3,000	・心身の鍛錬を通して礼節を身につける ・空手の段位取得と大会参加
			18:00~22:00		

種別	団体名	会員数	活動日時	月会費(円)	活動目的・内容紹介
釣り	溪流同人会	16	不定期(月1回) 18:00~19:00	(年) 10,000 (準会員) 3,000	・溪流釣り愛好者をもって構成し、会員相互の健康増進並びに親睦を図る ・釣り競技大会の実施、及び会報「山女魚情報」の発行 ・山女魚稚魚の放流、並びに溪流の愛護
健康・美容体操	東鷹栖健脚クラブ	12	毎週水曜 9:00~12:00	(月4回参加) 2,000 (月2回参加) 1,000	健康体操を行っています。会員相互の親睦も図っています。
健康・美容体操	ひなぎくダンベルサークル	12	毎週木曜 (第1分館) 10:00~11:30	(夏季) 300 (冬季) 400	いつでもどこでも簡単にできるダンベル体操の普及と、会員相互の親睦を図っています。
健康・美容体操	元気体操クラブ東鷹栖	6	毎週火曜 13:00~17:00	3,000	健康づくりと健康維持を目的とした体操の練習、会員相互と地域との親睦を図っています。
ヨガ	末広ラフターヨガ	15	毎月第2土曜 (第1分館) 10:00~12:00	500	楽しみながら、笑い認知症予防をテーマに、楽器奏え歌、ふうせんパレー、ボール投げなどリズム感と集中力を養う為のゲームを行います。間違えと大いに笑うことができます。帰宅する頃は、すっきりと気持ちもリフレッシュします。
太極拳	太極拳カタクリ	8	第1,2,3金曜 9:30~11:30	2,000	50代~70代女性8名で活動しています。マイペースで自由な雰囲気です。難しいと思われがちですが、ゆっくりとした動きです。体力がなくても、少しお体が不自由な方でも楽しむことができます。終わった後の気持ち良さをお楽しみください。初心者の方大歓迎です。
その他の体力づくり	有酸素運動サークル	28	毎週土曜 (第1分館) 13:00~15:00	1,000	有酸素運動を行うことで、健康増進に努め、併せて会員相互の親睦を図っています。 (現在会員定員を満了しているため、募集中断中)
その他の体育・スポーツ	近一ジュニア	19	毎週土曜 18:00~22:00	500 (冬) 400/一軒	小学生・中学生を中心にバドミントンを楽しんでいます。
その他の体育・スポーツ	Relax	12	毎週水曜 18:00~21:30	(男性) 400 (女性) 300	バドミントンの初・中級程度の20代~60代の男女が集まって毎週ゲームを行っています。ゲームのできる方一緒にバドミントンしませんか。
その他の体育・スポーツ	クラシック	15	毎週火曜 18:00~22:00	300/回	バドミントンの練習を通して、礼節を身につけるとともに、会員相互の親睦を図っています。
パッチワーク	サークル.コットン	7	毎週水曜 10:00~12:00	300	パッチワークの技術の取得と向上に励むとともに、会員相互の親睦を図っています。

公民館クラブ事業について

公民館では、公民館で活動するサークルや、百寿大学などで学ぶ方などのご協力をいただき、市民委員会や町内会の地域活動を行う団体や機関の皆さんのお手伝いやお役に立つための取組を行っています。町内会・各団体・各会社で新しい行事を計画している場合などお気軽に公民館(電話 57-2622)にご連絡・ご相談ください。



※希望に合うサークルや特技を持った方が見つからない場合や、サークルなどの都合によってご希望に沿えない場合もあります。
※会場等の確保や、必要な費用は、地域の皆さんのご負担となります。