

# ねっとワーク・いわき

～ 公 民 館 活 動 情 報 ～

2026年2月（第211号月刊）

弘前市立中央公民館岩木館 発行  
弘前市大字賀田一丁目18-3  
Tel: 82-3214 Fax: 82-3426

## 参加者募集 【大人のまなびば】「からだにやさしい太極拳」～もういちど入門編～

太極拳が初めての方の参加も大歓迎です。ゆったりとした音楽に包まれながら体を動かし心地良い時間を過ごしましょう。

【日 時】

2 月 5 日（木）

2 月 19 日（木）

13:30～15:30

【会 場】中央公民館岩木館 2 階大ホール

【講 師】黒石市武術太極拳連盟 小林 明子さん

【服 装】動きやすい服装、運動靴

【持ち物】ヨガマット、汗拭きタオル、飲み物  
（レジャーマット、バスタオルなどでも可）

※岩木館まで、お申し込みください。



## 【ふるさと青少年教育事業】「一緒に作ろう！～白神こだま酵母のもちもちベーグル～」

【日 時】

3 月 8 日（日）

10:00～12:00

【会 場】中央公民館岩木館  
2 階調理実習室

【講 師】白神こだま酵母のパン教室「わんつかだばって」  
藤田 一恵さん

【参加費】1,000 円（材料費として）

【持ち物】エプロン、三角巾、飲み物

※詳細は別紙の募集チラシをご覧ください。

## 事業報告

11/27 【子育てサロン岩木ぴよぴよひろば】

（木） バランスボール体験

音楽に合わせて気軽に有酸素運動が出来るバランスボールを体験しました。講師は体力メンテナンス協会バランスボールインストラクターの吹田紗也加さんです。ボールの上に座りバランスをとる練習から全身運動までしっかりと身体を動かしました。



12/4 【大人のまなびば】

（木） 作って味わう岩木の漬物

赤かぶの千枚漬けと大根の粕みそ漬けをつくりました。講師は長年、漬物づくりに携わっている齋藤美代子さんです。講座が始まると講師の説明を熱心に聞き、メモをとる参加者も見受けられました。つくった漬物は後日、レシピと一緒に各参加者に受け渡しました。

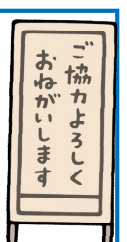


## ～お願い～ とざんばやし 登山囃子用の笛を譲っていただけませんか？

中央公民館岩木館が、岩木地区内の学校に講師を派遣し、実施している伝統文化学習講座の登山囃子クラブにおいて、児童・生徒が使用するための笛が不足しております。

ご自宅などにもう使用しない眠っている登山囃子用の笛がある方は中央公民館岩木館までお持ちください。登山用・下山用どちらでも構いません。譲っていただいた笛は岩木館を通じ、登山囃子クラブの講師にお届けいたします。

ご協力をお願いいたします。



【お問い合わせ先】中央公民館岩木館 Tel82-3214

## 26日(木) 春のお茶会

今年度最後の活動です。抹茶と茶菓子をいただきながら茶道体験をしましょう。

【会場】中央公民館岩木館1階大和室

【講師】対馬 宗枝さん

【時間】10:00～11:45

※お茶会は10:15～11:30

【材料費】300円(茶菓子1個&抹茶代)

当日、集めます。

【持ち物】白ソックス(足袋の代用) おやつ、飲み物  
※託児はありますが、お子様と一緒に茶室に入ってもOKです。

※茶菓子を食べる子は茶菓子代(150円)を別途、ご用意ください。※申し込み時にお知らせください。

※集合写真を撮ります。10時までに会場におこしください。

※申し込み締め切り: 2月19日(木)



【お問い合わせ先】中央公民館岩木館 Tel82-3214

## 筋力向上トレーニング教室

《2月の開催日》13:00～14:00

・ 3日(火) ・ 10日(火)

・ 17日(火) ・ 24日(火)

【会場】中央公民館岩木館

【講師】整骨院、接骨院の柔道整復師

【対象】65歳以上の方

【持ち物】汗拭きタオル、飲み物、マスク(推奨)

参加  
無料

【お問い合わせ先】弘前市介護福祉課 Tel 40-7072

## 鳴海要記念陶房館

※開館時間 9:00～16:00 休館日: 火曜日(火曜日が休日の場合 翌平日)

### ◆ 弘前産の紅花・藁灰・烏梅を使った昔の方法で染めます

【講師】Snow hand made

【日時】2月13日(金)・14日(土)

両日 10:00～12:00・13:00～15:00

【定員】各回5名(要予約)

【参加費】5,200円(材料・ドリンク代込)

【内容】こぎん糸か綿エコバッグを染めます。  
(どちらにするか予約時にお知らせください)  
ギャラリーにて展示・販売もあります。  
(入場無料 9:00～16:00)

【出展者】陶工房ゆきふらし

【日時】2月21日(土)～3月2日(月)  
9:00～16:00(最終日は15:00まで)  
休館日: 2月24日(火)

【内容】陶器の展示販売

### ◆ 絵本作家ささやすゆきのイラストワークショップ

2月のお題は「雪だるま」です。

【日時】2月7日(土)・28日(土)  
各日 13:00～15:00(予約制)

【参加料】2,000円(ドリンク付)

【持ち物】画材

### ◆ 陶工房ゆきふらし 猿田壮也+猿田千帆 作陶展

【お問い合わせ先】鳴海要記念陶房館 Tel. 82-2902

※インスタグラム・フェイスブックあります。

## 集いの場 かだるんるん♪

【会場】パインハウス岩木

【日時】2月11日(水・祝)・25日(水)  
13:30～14:30

【持ち物】汗拭きタオル、水分補給用の飲み物

【内容】玄米ダンベル体操・音楽に合わせて  
ストレッチ・座談会等

参加  
無料



【参加にあたり留意いただきたい点】

- ・参加時はマスク着用、手洗い等の感染対策にご協力をお願いします。
- ・体調や体温等を記録させていただきます。

※感染症感染拡大状況によっては中止または変更して開催する場合があります。ご了承ください。

【お問い合わせ先】弘前市西部地域包括支援センター Tel. 82-1516

記事の募集をしています!

活動記事や事業写真など  
気軽にお寄せください。



締切は  
毎月10日です

☆中央公民館岩木館ホームページに  
バックナンバー掲載中

<http://www.city.hirosaki.aomori.jp/iwakikan/>

