



公民館からのお知らせ



工事期間中の保管用具について

10月1日～翌年3月31日までの工事期間中、東公民館は立入禁止です。工事期間中に必要な用具については、必ず9月30日までに持ち出してください。

* 持ち出す必要のない用具は、置いたままで結構です

工事期間中、中央公民館・西公民館で活動するために用具置き場を希望される場合は、8月31日までに東公民館受付に専用申込書をご提出ください。

■用具置き場のサイズ（1ヶ所のみ利用可能です）

中央公民館：幅54cm×奥行60cm×高さ36cm（棚）

西公民館：幅38cm×奥行26cm×高さ44cm（ケース）

* 空気が無くなった時点で受付を終了します。

ご利用者様には大変ご不便やご迷惑をお掛けしますが、よろしくお願いいたします。

公民館先生に学ぼう！

『ミニ踏切警報器』を作ってみよう

光のシーソーピカピカ点滅☆
カンカン警報音も鳴るよ!! 夏休みの自由研究にもいいね!!



《動画はこちら》

日 時：8月17日(日)
10:00～12:00

場 所：3階 造形室
講 師：宝塚アマチュア無線クラブ
対 象：小学4年生から中学3年生
10名(先着順)

* 小学生は保護者同伴

参 加 費：800円(材料費)

申込方法：7/19(土)10:00～

窓口または電話にて受付

問 合 せ：東公民館 0797-91-2018



今月のぐるーぷさん *** 朗読劇サークル「コロス」***

私たちは東公民館まつりでの舞台発表に向けて練習を重ねています。今年の作品は『友と豆腐とベーゼンドルファー(篠田節子)』と『番号をどうぞ(星新一)』です。

指導者は居ませんがメンバーみんなで意見を出し合いながら活動を進めています。『コロス』というサークル名は、ギリシヤ劇で登場人物と観客をつなぐ役割を担う合唱隊に由来します。朗読劇は声に出して読み、感情を表現することで脳の活性化にもつながります。演じることの楽しさを共有しながら仲間と共に充実した時間を過ごしています。興味のある方はぜひ一度見学にいらしてください!!

★活動日時 第2・4月曜日 13時半～17時頃

★会 費 年3,000円

★問合せ先 東公民館 受付まで



男性料理

今月一品 ～ 豆腐ステーキあんかけ ～

監修：宝塚いずみ会会長 岡橋禮子さん 調理：宝塚いずみ会男性料理東

宝塚いずみ会男性料理東は只今メンバーを絶賛募集中です★活動日：月1回・第2日曜日

【材 料】4人分

木綿豆腐：2丁 しし唐：12本
小麦粉：適量 溶き卵：1個分
サラダ油：大2
しいたけ：4枚 人参：4cm
パプリカ：1/2個 玉ねぎ：中1個
白ねぎ：1/2本 だし汁：2カップ
醤油：大1・1/2 みりん：大1
片栗粉：大2 水：大2

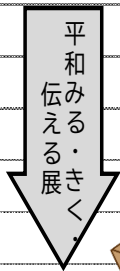
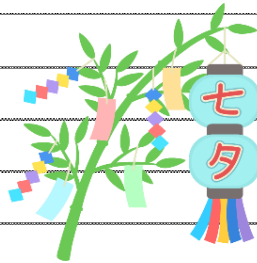
【作り方】

- ① 豆腐はペーパータオルに包んで電子レンジで1丁につき3分加熱し水切りする。しし唐は切れ目を入れておく。
- ② 豆腐の厚みを半分に切ってから3等分に切る。表面の水気をしっかり拭いて小麦粉、溶き卵をつける。
- ③ フライパンにサラダ油を熱し②を入れ焼き色がついた裏返して中まで火を通す。途中、しし唐も加え火を通す。
- ④ しいたけ・人参・パプリカ・玉ねぎはせん切りにする。
- ⑤ 白ねぎは白髪ねぎにする。
- ⑥ ④をフライパンで炒めしんなりしてきたら、だし汁を加え醤油・みりんを味付けする。水溶性片栗粉でトロミをつける。
- ⑦ 器に③の豆腐を盛りつけ、しし唐を添え、⑥の野菜あんをかけ、最後に白髪ねぎを天盛りする。



7 月 行 事 予 定

1	火	9月分抽選予約申込	東公民館 たなばた week	西公民館休館日 市民カレッジ(花と緑)
2	水			
3	木			市民カレッジ(英語)
4	金			
5	土			
6	日			
7	月			
8	火	抽選予約当選分 申請手続期間	サマースクール	
9	水			
10	木			抽選予約当落発表
11	金			東公民館休館日
12	土			
13	日			山本南分室 おはなし会
14	月			
15	火			
16	水	平和 みる・きく・伝える展	一緒にプロジェクト	市民カレッジ(名城)
17	木			
18	金			
19	土			
20	日			
21	月			海の日 中央公民館休館日
22	火			
23	水			市民カレッジ(政治経済)
24	木			
25	金			
26	土			
27	日			
28	月			
29	火			
30	水			
31	木			



クールシェアスポットで涼もう

東公民館はクールシェアスポットに登録されています。涼しい場所で暑い夏を乗り切ろう！

7/1(火)～9/30(火)まで

図書館山本南分室おはなし会

7月13日(日)

14:00～ 小さい人向け(3歳位から)

14:30～ 大きい人向け(1年生位から)

場 所:東公民館 1階幼児室

問合せ:山本南分室 0797-89-1662



楽しいおはなしや、絵本をたくさん読みます。当日、気軽に会場にお越しください♪

第五地区民生児童委員協議会

～今月のイベント～

一緒にプロジェクト

7月26日(土)11:30～13:00

場 所:東公民館 料理・パーティールーム

参 加:一人 100 円 (カレー代)

問合せ:長尾地区センター

090-3055-2837

フードライブコーナーもあります！

みんな食べに来てね♪



「平和」みる・きく・伝える展

日 時:7月26日(土)～7月30日(水)

9:00～21:00

場 所:東公民館 1階ロビー

内 容:パネル展示

◆ヒロシマ・ナガサキ 原爆と人間

◆子どもたちによる“平和なまち”絵画 2023・2024

(宝塚市人権平和・男女共同参画課所蔵)

問合せ:宝塚市教育委員会 社会教育課

TEL 0797-77-2029

FAX 0797-71-1891



東公民館 たなばた Week ☆彡

今年もロビーに登場！

みんな短冊に願い事を書いてね★

7/1(火)～7/7(月)まで



<館長の一言>

みなさま、こんにちは。10月から半年間工事休館のため、今年の東公民館まつりは9月20日～22日の開催となりますが、先日第1回実行委員会を実施しました。初参加のグループも含め24グループのみなさんの結束力や意気込みを感じました。ぜひ東公民館まつりをお楽しみに！

宝塚市立東公民館長
福井 浩一

