



# 東陵地区市民館だより

〒440-0006 豊橋市牛川町字乗小路32-31 Tel&Fax : 64-8088

Email:toryo@tees.jp URL: <http://www.tees.ne.jp/~toryo/>

休館日: 毎週月曜日・年末年始 開館時間: 9:00~21:00

No320

令和5年

8月号



## 募集!! 東陵地区市民館窓口 又は、メール、電話、LINE公式アカウントで申し込んでください

### ■ 地域力向上講座

#### 『今すぐ防災! 災害まったなし』

豊橋市南海トラフ地震被害予測や  
防災ガイドブックを基に、自助・共助の  
大切さを学びます。

※各地で大規模地震が頻発しています。  
この地域でもいつ発生してもおかしくは  
ありません!

と き: 9/9 (土曜日)

午前10時30分~12時

講 師: 豊橋市防災危機管理課

定 員: 30名 (先着順)

受講料: 無料



### 熱中症にご注意を!! 涼しい市民館へどうぞ♪

「図書談話室」は誰もが利用できる、くつろぎの場となっています。絵本や小説、大活字本、実用書など2,600冊の図書(毎月100冊程度が入れ替ります)や新聞(朝日新聞のほか東愛知新聞、東日新聞の地元2紙)を備えてあります。個人の学習やテスト勉強にも最適です。

また、健康機器のヘルストロンもあり、誰でも気軽にご利用(体調に合わせて10~20分程度)いただけます。

お気軽に

ヘルストロン

お立ち寄りください!♥



朝日新聞  
東愛知新聞  
東日新聞

### ■ 市民大学トラム・地域連携講座

#### 『地域の未来を考える』

豊橋創造大学 短期大学部

豊橋創造大学で  
行われている  
講座を  
生中継します!

① 9/9 (土) 午前10時40分~12時10分

「多様な学びの場」-子どもから大人まで-

② 9/30 (土) 午前10時40分~12時10分

「こどもの貧困とヤングケアラー  
~その影響と豊橋市のこどもまんなか施策~」

③ 10/20 (金) 午後6時30分~7時50分

『ヒトの育ちを 科学の視点で理解する』  
ポストコロナ社会に生きる次世代人類に向けて

④ 12/2 (土) 午後2時30分~4時

「人を幸せに、私も幸せに」  
~元タカラジェンヌ、夢の続きへ~ (仮)

受講料 無料 定 員 各回20名

対 象 どなたでも 募集締切 各回1週間前

### 和室の畳替えをしました

丁寧に使ってくださいね♪



### ギャラリー 東陵

※ご自由にご観覧ください

◇ 8月1日 (火) ~ 31日 (木)

フラワーアレンジ『スイトピー』の皆さんの  
作品を展示しています

### のりこうタイム

毎週金 曜日午前10時~正午

コーヒーを飲みながらゆったりしませんか?

参加費: 1回50円



### LINE 公式アカウント

講座や市民館のHOTな情報をお届けします。  
「講座名」と「お名前」を送信するだけで「簡単」に  
講座申込ができます

日 曜	午前 9:00 ~ 12:00	午後13:00 ~ 16:00	夜間17:00 ~ 21:00
1 火	◎TYフィットネス ○自彊術	○自彊術 ◇合同補導会議△館使用	◎ブレイクダンス
2 水	◎東陵ダンスサークル ◇キッズ・紙ひもでかご作り△東陵パソコン	◎健身會○リボン刺繍 ◇かなと実用書道	◇かなと実用書道
3 木	◎脳活イキイキ体操・リズム体操 ○紫陽花の会△おとなの学校・そば打ち③	◎太極拳 ○マットピラティス ◇コカリナ	◎ヒッポファミリークラブ ○ヨガサークル美々
4 金	◎多米コーラス △のりこうじタイム	◇大正琴・東陵さくら草	◎ブレイクダンス
5 土	◎親子の新聞づくり③ ○親子無料茶道教室	○お抹茶のいただき方教室 ◇大正琴・なでしこ	◎空手・東陵クラブ ◇二胡の練習 △更生保護女性会
6 日	◇東陵写真クラブ	◎FDサークルモダン	
7 月	休 館 日		
8 火	◎TYフィットネス ○自彊術 △料理教室ウェルカム	◎おとなの学校・オカリナ ○自彊術 ◇ブルーアイランド	◎ブレイクダンス
9 水	◎東陵ダンスサークル ◇民生定例会	◎健身會 ◇かなと実用書道	◇かなと実用書道
10 木	◎脳活イキイキ体操・リズム体操 ○紫陽花の会	◎太極拳 ○マット・ピラティス ◇カラオケ和やか倶楽部 △おせっ会	○ヨガサークル美々 ◇つくし東クラブ
11 金	△のりこうじタイム		◎ブレイクダンス
12 土	◇東陵水彩会		
13 日			
14 月	休 館 日		
15 火			
16 水		◎ヘルパー会議	
17 木	◎脳活イキイキ体操・リズム体操 ○紫陽花の会	◎太極拳 ○マット・ピラティス △フラワーデザイン・スイトピー	◎ヒッポファミリークラブ ◇鷹丘つくし東クラブ
18 金	◎Chinaトレ △のりこうじタイム		◎ブレイクダンス
19 土	◎親子の新聞づくり④ △家庭教育セミナー「ピザ作り」		◎空手・東陵クラブ ◇二胡の練習
20 日		◎FDサークル・モ・DAN ◇東陵カラオケ同好会	◇鷹丘校区体育振興会
21 月	休 館 日		
22 火	◎TYフィットネス ○自彊術	◎おとなの学校・健康体操 ○自彊術 ◇ブルー・アイランド	◎ブレイクダンス
23 水	◎東陵ダンスサークル ◇手芸の会	◇かなと実用書道	◇かなと実用書道
24 木	◎脳活イキイキ体操・リズム体操 ○紫陽花の会	◎太極拳 ◇カラオケ和やか倶楽部 ○ピラティス △フラワーデザイン・もえぎ	◎ヒッポファミリー倶楽部 ○ヨガサークル美々
25 金	◎子連れダンスZUMCOちゃん ◇東陵かすみ草 △のりこうじタイム		◎ブレイクダンス
26 土	◎親子の新聞づくり⑤◇東陵水彩会 ○おとのもり△地域力向上講座・山歩き		
27 日	◎ヒッポファミリー倶楽部	◎FDサークルモダン ◇東陵カラオケ同好会	◎△子連れダンスZUMCOちゃん
28 月	休 館 日		
29 火	◎TYフィットネス ○自彊術	◎おとなの学校・健康体操 ○自彊術	◎ブレイクダンス
30 水	◎東陵ダンスサークル		
31 木	◎脳活イキイキ体操・リズム体操 ○紫陽花の会	◎太極拳 ○ピラティス	◎ヒッポファミリー倶楽部 ○ヨガサークル美々