



東地区秋のクリーン作戦を実施

9月7日(日)に「東地区秋のクリーン作戦」を実施しました。10名の参加者が協働して、公民館周辺の草刈りとゴミ拾いが行われ、地区の整備に尽力いただきました。みなさんありがとうございました。



黒石市公式LINE友だち登録キャンペーン

黒石市では、黒石市公式LINEを開設し10月で1周年を迎えることから、黒石市公式LINE友だち登録者を対象に、抽選で最高10万円の黒石共通商品券などが当たるプレゼントキャンペーンを実施します。

詳しくは、広報くろいし10月号をご覧ください。

東地区ナイター軽スポーツ大会

日時：10月10日(金)～11日(土)

午後7時～

場所：東小学校 体育館

種目：ソフトバレー

減塩だし活料理教室を開催

日時：10月21日(火) 午前9時30分～

場所：東公民館 1階研修室・調理実習室

参加費：600円

定員：10名(定員になり次第締切)

持ち物：エプロン・三角巾・筆記用具・手拭きタオル

申込方法：10月14日(火)までに東公民館へ申し込み



公民館からのお願い

公民館は、下記の日程で館内の特別清掃を行います。全ての貸館は休止となります。ご不便をお掛け致しますが、ご理解とご協力をお願い致します。

実施日：10月8日(水) 午前9時～



地域健康づくり相談事業のお知らせ

保健師さんや生活支援コーディネーターがみなさんの相談に無料で応じます。心身に関することや健康にまつわることなど、お気軽にご相談ください。

日時：10月3日(金) 午前9時～

場所：東公民館 1階研修室

担当：黒石市健康福祉部 健康推進課

TEL 52-2111

本格キムチ作り講習会を開催

公民館は、「本格キムチ作り講習会」を開催します。白菜キムチの作り方を講師の佐藤慶子先生から教えていただきます。韓国の調味料を使ったキムチの味を体験しませんか？

日時：11月13日(木) 午前9時30分～正午

場所：東公民館 1階調理実習室

参加費：2,500円

定員：16名(定員になり次第締切)

持ち物：包丁・エプロン・三角巾・ゴム手袋・腕抜き・筆記用具・タッパー等

申込方法：11月6日(木)までに東公民館へ申し込み

高齢者教室 東ふるさと塾

健康教室 肩こり・腹痛・膝痛を改善する体操

日時：10月20日(月)

午後1時30分～

場所：東公民館 1階研修室

講師：黒石病院理学療法士

東大正琴の会

今月はお休みです。



東ラージクラブ

日時：毎週の火・金曜日 午前9時30分～午後4時

場所：東公民館 2階集会室

対象：東地区住民(随時入会が可能です)

☆傷害保険等は各自で対応をお願いいたします。