


☆東公民館は、地域の皆様の
「たのしい ためになる
たよりになる」
館をめざしています。
☆公民館は、地域の住民の集会や学習の
場です。生涯学習活動の拠点施設です。

公民館だより

八戸市立東公民館 
〒031-0813
八戸市大字新井田字八森平7-67
TEL・FAX 25-2951

神田山つつじ祭り開催

★日 時 6月2日(日)
10:00~15:00

☆場 所 神田山緑地公園・東公民館
芸能発表会 2Fホール

※芸能発表(午後1時~3時)に出演してみたい方は5月20日までに一度、東公民館(TEL:25-2951)にお問い合わせください。出演者数によってはご希望に添えない場合がございます。ご了承ください。

東公民館自主クラブのご案内

	クラブ名	例会日		講師氏名	代表者氏名	会費
		曜日	時間			
1	東公民館卓球愛好会	毎週 月	9:30 ~ 12:30	橋本こゆり	久保澤誠一	年 2,000
2	春蘭墨絵クラブ	第1・3 月	9:30 ~ 13:30	岩館富美	番地けい子	月 2,000
3	ヨガ健康クラブ	毎週 月	14:00 ~ 16:00	吉田 裕	吉田孝子	月 1,500
4	はまなすダンスクラブ	毎週 火	9:30 ~ 12:30	豊川武美	境 栄治	月 1,500
5	呼吸ストレッチクラブ	毎週 火	13:00 ~ 15:00	昆 賀子	北上良子	月 1,500
6	東ストレッチクラブ	毎週 火	19:00 ~ 21:00	小西池郁子	野崎れい子	月 1,500
7	パッチワーククラブ	第2・4 火	10:00 ~ 12:30	田中恵美子	北上幸子	月 1,300
8	東吟詠クラブ	毎週 火	13:00 ~ 15:00	石橋 徹	木村キヨ	月 1,500
9	東3B体操クラブ	毎週 水	10:00 ~ 12:30	伊藤甘美	小野彩子	月 1,000
10	東カラオケクラブ	毎週 水	13:00 ~ 15:00	前川原子カ子	河原木武雄	月 1,000
11	ひがし詩吟クラブ	毎週 水	13:00 ~ 15:00	達中輝一	佐々木敦子	月 1,000
12	太極拳クラブ	毎週 木	13:30 ~ 15:30	野澤紀美子	坪井美代子	月 1,000
13	湊高台ダンスクラブ	毎週 木	19:00 ~ 22:00	野里淳子	馬場 剛	月 1,500
14	東書道倶楽部	毎週 木	10:00 ~ 12:00	山田安一	大崎五三郎	月 1,000
15	スマイル	毎週 金	10:00 ~ 12:00	福田節子	西塚クニ子	月 1,300
16	囲碁クラブ	毎週 金	13:00 ~ 17:00	鳥屋部國男	阿部俊夫	年 1,000
17	桜ヶ丘ダンスクラブ	毎週 金	14:00 ~ 16:30	安部光洋	音喜多エイ子	月 1,500
18	クライマーダンスクラブ	毎週 土	13:00 ~ 16:00	大田直美	鈴木與志美	月 1,500
19	東公民館卓球部	毎週 土・火	18:00 ~ 22:00		丸山聖史	月 300
20	東絵手紙クラブ	第2 土	13:00 ~ 16:00	金見喜久	石藤久雄	月 700
21	将棋クラブ	第2・4 土	17:30 ~ 20:00	清川仁志	高橋重男	月 250
22	東フォークダンスクラブ	第2・4 日	9:00 ~ 13:00		日影文雄	回 500
23	東カラテ・キッズ・クラブ	毎週 日	18:00 ~ 21:00	早狩寛幸	吉田和孝	月 2,000

▽各クラブで会員募集中!

* 興味のあるクラブを見つけたり、春から何かを始めたいと思っている方は、左記に記載されている例会日に合わせて見学にお越し下さい。(公民館や講師の都合により変更や休みの日もございますので、一度公民館までお問い合わせ下さい。また人数によって会員を受け付けていないクラブもございます)
* 入会手続きは各クラブの代表者とのやり取りになります。
* 気になることがございましたら東公民館までお問い合わせ下さい。



パン作り教室①

～手ごねでパンを作しましょう～

日時:6月5日(水)

10:00~13:00

講師:アンジェリーナ 管野 泰明 氏

材料費:1,000円

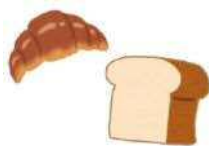
持ち物:エプロン・三角巾

募集数:24名

締切り:5月28日(火)

内容:クロワッサンを生地をこねるところから作ります。

5種類のパンを作る予定です。



◆◆ 6・7月 ◆◆ ◆◆ 講座案内 ◆◆

お問い合わせ、お申し込みは
東公民館 25-2951

材料費は当日頂きます。

締切日を過ぎてからキャンセルされた場合の返金是对応出来ない場合がございますのでご了承下さい。

パソコン教室

～エクセル初級講座～

日時:7月8日(月)9日(火)10日(水)

13:00~16:00

講師:須藤 拓哉 氏

募集数:9名



ビール教室

～ビールの味の違いを学ぼう～

日時:7月12日(金)

18:00~20:00

講師:金子 慎也 氏

参加費:2,000円

持ち物:筆記用具

募集数:20名

締切り:7月4日(木)

※アルコールを飲まれる方は
お車での来館はご遠慮ください。



がま口バッグ 作り教室

～がま口バッグを作しましょう～

日時:6月6日・13日・20日(木)

9:30~12:30

講師:石津 美枝 氏

材料費:1,750円

持ち物:裁縫道具

募集数:12名

締切り:5月23日(木)



※見本あります※

税金教室

～相続税・贈与税 基礎の基礎～

日時:6月26日(水)

10:00~12:00

講師:佐藤 修一 氏

募集数:20名



健康講話

～本当は怖い糖尿病～

日時:7月1日(月)

14:00~16:00

講師:青森労災病院

治療就労両立支援部・看護師

七尾 郁子 氏

持ち物:筆記用具

募集数:30名

料理教室②

～季節の食材で料理を作しましょう～

日時:7月25日(木)

10:00~13:00

講師:東地区食生活改善推進員

材料費:500円

募集数:20名

締切り:7月18日(木)

栄養バランスのいい食事がテーマです。
メニュー内容はお問い合わせください。

ハッピートレーニング

～楽に動ける体を作ろう～

日時:6月7日・21日・28日

7月5日(金)

10:00~12:00

講師:鈴木 光広 氏

持ち物:テニスボール(あれば)

ヨガマット又はバスタオル

水分補給用の飲み物

募集数:20名



昨年度開催し好評だった「カラダの学校」が
パワーアップして帰ってきました。
正しい筋肉の使い方を学び、
動くのがツライ体とサヨナラしましょう!
もちろん、健康な方のご参加もお待ちしています。
楽に動ける体を作って、
みなさんとハッピーになりませんか?

お願い

輪転機で大量印刷される際、事前に枚数が分かっているときは、いつ頃に何枚必要かお知らせ頂けると助かります。
(用紙在庫の関係のため)

高齢者教室

あさみ 会茶見くらぶ

パークゴルフ教室

～パークゴルフを楽しもう～

日時:6月20日(木)

9:00~16:00

場所:おおのパークゴルフ場

参加料:ゲームをされる方(用具を借りる場合)

…2,000円

ゲームされる方(用具持参)…1,600円

ゲームをされない方 …1,200円

昼食・写真代・保険代含

募集数:40名

締切り:6月7日(金)

※締切日までに参加費を添えてお申込み下さい。

※当日は、8:45までに公民館集合です。



* 講話 *

～川柳で面白いお話～

日時:7月16日(火)

10:00~12:00

講師:豊巻 敬一 氏



～会茶見くらぶについて～

※2回目以降からの参加の方は参加される講座の際に年会費をいただきます。
※会員カードをお渡しますので講座にはお持ち下さい。
※募集人数が決まっている講座は必ずお申込み下さい。