

あいさつで
笑顔をつなぐ

吹上公民館

題字 大久保 康治氏

八戸市立吹上公民館
八戸市吹上3-17-3
TEL・FAX 43-2931

10月・11月・12月の講座案内

9月24日(水)受付開始
電話でもOK!!

スマホ教室

～1人1人の困りごとを解決～

10月5日(日) 公民館まつり

時 間：10:00～14:00 (2Fホール)

1人15分ずつの個人相談になります。

講 師：森 淑乃氏

参加費：無料

持ち物：自分のスマホ、筆記用具

定 員：12名

★申し込み順に希望の時間を決定します。

受付中です

赤ちゃん和妈妈のスキンシップ体操

～子供の発達に合わせたベビーエクササイズ～

10月20日・11月17日・12月15日(月)

各月の講座終了後より、次回の受付を開始します

時 間：10:00～12:00

講 師：トータルフィットネスコーディネーター
川口 太陽氏

持ち物：大判バスタオル・飲み物

参加費：無料

定 員：各回 親子8組(0ヶ月～12ヶ月対象)



洋裁リフォーム教室②

～古布でジレづくり～

11月11日・18日・25日・12月2日(火)

時 間：9:30～12:30

講 師：佐藤 千鶴子氏

材料費：100円(紙代)

持ち物：裁縫道具・裁ちばさみ

ものさし(30～50cmぐらい)

生 地：着物1枚分をほどいて持参。

羽織もOK。

他の生地は110cm×2Mぐらい

定 員：10名

★4回全て
受講できる方公民館に見本を
展示しています

★11月 4日(火)以降のキャンセルは返金できません。



フリーサイズ

温活ストレッチ教室

～椅子ストレッチで基礎代謝を上げる～

12月3日・10日(水)

時 間：10:00～12:00

講 師：吉崎 路子氏

材料費：無料

持ち物：ヨガマット又は大判バスタオル

動きやすい服装・タオル・飲み物・内ばき

定 員：20名

★2日間とも参加できる方

クリスマス ミニコンサート

～ゴスペルコンサートを楽しむ～

12月5日(金)

時 間：10:00～11:00

講 師：LOTTA VOICES

参加費：無料

定 員：30名



講座に参加する方へ

- ① 全ての講座で**事前予約**が必要です。
- ② **材料費**は実施**1週間前まで**にお支払いください。
- ③ **欠席や遅刻**をされる際は、必ず連絡をお願いいたします。

- ④ 諸事情により、急遽変更・中止となる場合があります。

講座の申込・問合せは吹上公民館へ

☎43-2931 月～金 9:00～17:00

吹上公民館まつり

令和7年度

合同発表会
10月4日（土）
10時～12時

3B体操・詩吟・フラダンス・太極拳
さわやか体操・カラオケ・レクダンス
合唱・是川音頭・ほっとサロン



★吹上公民館自主クラブ、公民館利用団体の皆さんによる
ステージ発表です。

作品展示会
10月5日（日）
10時～14時

着付クラブ・簾手芸クラブ・山野草クラブ
さくら俳句会・公民館講座作品
吹上保育園園児作品・吹上児童館児童作品
民生委員児童委員協議会コーナー



予約
受付中

スマホ教室

2Fホール（ステージ）

◎1人1人のスマホの困りごとを解決
◎1人15分ずつの個別対応



フリーマーケットコーナー

・手作り小物
・日用雑貨等
・着物リメイク
・子ども服リサイクル
・古本、CD



・石絵
・古着
・おもちゃ
・食器
・ミニ多肉植物、など



お茶席

（吹上茶道クラブ）

抹茶と
和菓子
（300円）



お気軽にどうぞ♪

キッズコーナー

かさ・de・ま〜どれ
（ボランティアグループ）

★折り紙で遊ぼう（無料）
★ヨーヨー釣り（無料）
★ハロウィン

ミニかご作り（250円）



お菓子のおまけつき

遊びにきてね！

販売コーナー

・栗ご飯	330円
・いなり寿司2コ	170円
・助六寿司	320円
・そば	300円
・カレーパン	150円
・チーズベーコンパン	150円
・ぶたまんパン	160円
・てりやきチキンパン	180円
・オニオンブレッド	200円
・アップルパイ	200円
・アイスコーヒー	100円
・ペットボトル麦茶	100円

吹上おやじの会

やきとり	100円
かき氷	小 100円
	大 300円
焼きそば	300円



靴の履き間違いが
増えています。



ふくろをご持参ください。

小銭を
ご用意ください



購入したものを入れる
エコバッグ等
ご持参ください



★当日、内容と価格に変更がある場合があります。