

☆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、地域の住民の集いや学習の場です。生涯学習活動の拠点施設です。

# 東公民館だより

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



## ～新年度にあたって～

花の便りに心躍る季節となりました。新年度を迎え、皆様はいかがお過ごしでしょうか。昨年度は、おかげさまで35の講座と15の自主クラブの活動、公民館まつり等の行事、地域諸団体の集まり等で、延べ人数で約19700名の方々に当公民館を利用していただきました。多くの方々に足を運んでいただき、本当にありがとうございました。

さて、今年度も東公民館では、5月7日の音楽鑑賞教室を皮切りに、たくさんの方々に楽しく参加していただけるような講座を企画しております。裏面に講座名を掲載しておりますので、ご覧になって、興味のある講座にぜひお出でいただきたいと思っております。

また、職員が1名交代しますが、円滑な運営と皆様にとって「たのしい・ためになる・たよりになる」公民館を目指し、尽力してまいりますので、今後ともご支援ご協力をよろしくお願いいたします。

東公民館職員一同

### 退任主事のあいさつ

このたび3月末日で退職させていただくことになりました。初めての環境で、地域やクラブ、講座に関わるたくさんの方々に刺激をいただき楽しく過ごさせていただきました。中でもコロナ禍明けのつつじ祭りは思い出深く、運営協力会の皆様のパワーに感動し、これまで地域との関わりが少なかった私にとって公民館での出会いは新たな世界を学ぶ場となりました。

4年間という短い間でしたが優しくお声掛けくださいました皆様、大変お世話になりました。

これからは楽しむ側として足を運びたいと思っております。ありがとうございました。 磯嶋 るみ子

### えんぶり鑑賞会

2月17日(月)にえんぶり鑑賞会が開催されました。100人を超える方々が訪れ細越えんぶり組の舞を楽しんでいました。お陰様で、盛況裡に終わることができました。ありがとうございました。



### 消防避難訓練実施

1月24日(金)に調理室からの火災発生を想定した消防避難訓練を行いました。参加された皆様ご協力ありがとうございました。

### 新任主事のあいさつ

今年度より東公民館に勤務させていただくことになりました。

不慣れな面も多々あると存じますが、地域の皆様と触れ合えることを楽しみにしています。

どうぞよろしくお願いいたします。

関川 留子

## 5・6・7月 講座案内

\* 4月1日(火)より受付いたします。お問い合わせ・お申し込みは東公民館(25-2951)まで\*

- ◎申し込みは、先着順になります。締切り前に定員に達した場合には、キャンセル待ちとして受付いたします。
- ◎材料費は、当日頂きます。締切りを過ぎてからのキャンセルは材料費をいただく場合がございますのでご了承ください。
- ◎体調の悪い方は参加をお控えいただくようお願いいたします。その際も、材料費をいただく場合がございますのでご了承ください。
- ◎当日は、水分補給用の飲み物をお持ちください。
- ※諸事情により急遽中止となる場合がありますので、ご了承のうえお申し込みいただくようお願いいたします。

### 音楽鑑賞教室

～ハーモニカの音色を楽しみましょう～  
 日 時：5月7日(水)  
 10:00～11:00  
 講 師：吉!福三(3人組グループ)  
 募集数：30名  
 締切り：5月2日(金)



### スマホ教室

～スマホの基本操作を学ぼう～  
 日 時：5月14日(水)、15日(木)、16日(金)  
 10:00～12:00  
 講 師：蕨 加奈子 氏  
 持ち物：充電したスマホ、筆記用具  
 募集数：6名  
 締切り：5月9日(金)



### ストレッチ&ズンバゴールド教室

～初心者も体力に自信のない人も  
ラテンのリズムを楽しもう～  
 日 時：5月19日(月)、26日(月)  
 13:00～15:00  
 講 師：伊原 真寿美 氏  
 持ち物：上履き、ヨガマット、フェイスタオル、飲み物、動きやすい服装  
 募集数：20名  
 締切り：5月14日(水)



### 寄せ植え教室

～春の寄せ植え～  
 日 時：5月27日(火)  
 13:30～14:30  
 講 師：(株)花生植物園  
 材料費：1,200円  
 持ち物：ゴム手袋、シャベル  
 募集数：20名  
 締切り：5月12日(月)



### 吊るし飾り教室

～和布で作る夏の吊るし飾り～  
 日 時：6月6日(金)、13日(金)、20日(金)  
 10:00～12:00  
 講 師：長塚 佳子 氏  
 材料費：2,700円  
 持ち物：布を切るはさみ  
 募集数：10名  
 締切り：5月28日(水)



★見本は4月に展示予定です

### PPバンド教室

～ショルダーバッグを作ろう～  
 日 時：6月18日(水)、25日(水)、7月2日(水)、9日(水)  
 9:30～12:30  
 講 師：柏崎 隆子 氏  
 材料費：1,100円  
 持ち物：はさみ、30cm定規、目打ち、洗濯ばさみ(10個)  
 募集数：8名  
 締切り：5月20日(火)



★見本展示中です  
 ※白ベースor青ベースどちらか選んでください

### リメイク教室

～古着を使って帽子を作ろう～  
 日 時：6月23日(月)、30日(月)、7月7日(月)  
 9:00～12:00  
 講 師：飼牛 道子 氏  
 材料費：200円  
 持ち物：古着(素材はなんでも可)、  
 表布1m×60cm  
 裏布1m×60cm(少し薄めの生地)  
 裁縫道具、30cm定規、  
 布を切るはさみ、紙を切るはさみ  
 募集数：10名  
 締切り：6月16日(月)



★見本展示中です

### モルック教室

～笑顔と応援!  
 ついついはまるモルック交流～  
 日 時：7月15日(火)  
 10:00～12:00  
 講 師：大塚 利美 氏  
 持ち物：上履き、汗拭きタオル、飲み物、動きやすい服装  
 募集数：15名  
 締切り：7月4日(金)



### 料理教室

～おもてなし料理～  
 日 時：7月22日(火)  
 10:00～13:00  
 講 師：上原子 澄子 氏  
 材料費：1,000円  
 持ち物：エプロン、三角巾、筆記用具  
 募集数：20名  
 締切り：7月17日(木)

ローストビーフなど



◆町内会長さん・行政委員さん・班長さん・・・お忙しいところ大変恐縮ですが、各戸にご配布下さいますようお願いいたします。

◆公民館だよりは、公民館窓口にも置いてありますので、どうぞご利用ください。次号は、7月号(6月下旬)発行予定です。

裏面もあります⇒

# 令和7年度東公民館講座案内

## 5月講座【4月1日(火)より受付】

講座名	日	曜日	時間	講師
音楽鑑賞教室	7	水	10:00~11:00	吉!福三
ストレッチ&ズンバゴールド教室①	19	月	13:00~15:00	伊原 真寿美
ストレッチ&ズンバゴールド教室②	26	月		
スマホ教室①	14	水	10:00~12:00	ワラビノーツ 藤 加奈子
スマホ教室②	15	木		
スマホ教室③	16	金		
寄せ植え教室	27	火	13:30~14:30	(株)花生植物園

## 6月講座【4月1日(火)より受付】

講座名	日	曜日	時間	講師
吊るし飾り教室①	6	金	10:00~12:00	長塚 佳子
吊るし飾り教室②	13	金		
吊るし飾り教室③	20	金		
PPバンド教室①	18	水	9:30~12:30	柏崎 隆子
PPバンド教室②	25	水		
リメイク教室①	23	月	9:00~12:00	飼牛 道子
リメイク教室②	30	月		

## 7月講座【4月1日(火)より受付】

講座名	日	曜日	時間	講師
PPバンド教室③	2	水	9:30~12:30	柏崎 隆子
PPバンド教室④	9	水		
リメイク教室③	7	月	9:00~12:00	飼牛 道子
モルック教室	15	火	10:00~12:00	大塚 利美
料理教室	22	火	10:00~13:00	上原子 澄子

## 8月講座【7月1日(火)より受付】

講座名	日	曜日	時間	講師
藍染教室①	18	月	9:30~12:30	大橋 陽子
藍染教室②	25	月		
スポーツ吹矢教室①	19	火	10:00~12:00	葛西 征三
スポーツ吹矢教室②	26	火		
夏のヘッドマッサージ教室	20	水	10:00~12:00	(株)アルソアデフィ 小田桐 瑞恵

## 9月講座【7月1日(火)より受付】

講座名	日	曜日	時間	講師
布ぞうり作り教室①	8	月	9:30~12:30	柏崎 隆子
布ぞうり作り教室②	9	火		
布ぞうり作り教室③	10	水		
フラワー教室	29	月	13:30~15:30	マーラリッシュ 山沢 幸子

## 10月講座【9月1日(月)より受付】

講座名	日	曜日	時間	講師
体軸体操教室①	16	木	13:00~15:00	橋 舞
体軸体操教室②	23	木		

## 11月講座【9月1日(月)より受付】

講座名	日	曜日	時間	講師
健康講演	5	水	14:00~15:30	旭ヶ丘近江整骨院 近江 俊正
健康体操教室	11	火	10:00~12:00	高山 清美
歴史教室	18	火	10:00~12:00	布施 和洋
筋膜リリース教室①	27	木	10:00~12:00	向井 聡洋

## 12月講座【11月4日(火)より受付】

講座名	日	曜日	時間	講師
冬のヘッドマッサージ教室	3	水	10:00~12:00	(株)アルソアデフィ 小田桐 瑞恵
筋膜リリース教室②	4	木	10:00~12:00	向井 聡洋
筋膜リリース教室③	11	木		
お正月飾り教室	12	金	10:00~12:00	千葉 智子
音楽鑑賞教室	18	木	10:00~12:00	ハルモニア
そば打ち教室	22	月	10:00~12:00	岩淵 修一
生け花教室	26	金	10:00~12:00	工藤 豊蓉

## 1月講座【11月4日(火)より受付】

講座名	日	曜日	時間	講師
血流改善教室①	22	木	10:00~12:00	堀米 裕子
血流改善教室②	29	木		

## 家庭教育学級<東っ子クラブ>

講座名	月日	曜日	時間	講師
HIP HOP教室	7月28日	月	10:00~12:00	ダンススタジオ ONE MOVE
樹脂ねんど教室	7月29日	火		祝井澤口 智子 野中 裕子
レクリエーション教室	8月1日	金		山邊 みゆき
お花の教室	8月5日	火		マーラリッシュ 山沢 幸子
木工クラフト教室	8月6日	水		鈴木 篤史
スポーツ吹矢教室	8月7日	木		葛西 征三

東っ子クラブの詳細や申し込みにつきましては、6月中旬ごろに各小学校にチラシを配布予定です。

★年間講座予定表です。掲載の講座につきましては、日時・内容等変更が生じる場合がありますのでご了承ください。申し込みは、先着順になります。各講座の詳細につきましては、随時発行される公民館だよりでご確認ください。

## 東公民館自主クラブ紹介

	クラブ名	例会日		会費
		曜日	時間	
1	東公民館卓球愛好会	毎週 月	9:30~12:30	年2,000円
2	ヨガ健康クラブ	毎週 月	14:00~16:00	月1,700円
3	パッチワーククラブ	第2・4 火	10:00~12:30	月1,300円
4	東吟詠クラブ	毎週 火	13:00~15:00	月1,500円
5	東ストレッチクラブ	毎週 火	19:00~21:00	月2,000円
6	東公民館卓球部	毎週 火・土	18:00~22:00	月300円
7	東3B体操クラブ	毎週 水	10:00~12:30	月1,000円
8	東カラオケクラブ	毎週 水	13:00~15:00	月1,000円
9	テンダンスクラブ	毎週 木	9:00~12:00	月1,500円
10	東書道倶楽部	毎週 木	10:00~12:00	月1,500円
11	湊高台ダンスクラブ	毎週 木	19:00~21:00	月1,500円
12	スマイル	毎週 金	10:00~12:00	月1,300円
13	囲碁クラブ	毎週 金	13:00~16:00	年1,000円
14	東絵手紙クラブ	第3 土	13:00~16:00	月700円
15	東フォークダンスクラブ	第2・4 日	9:00~13:00	回500円
16	東カラテ・キッズ・クラブ	毎週 日	18:00~21:00	月2,000円

◎東公民館自主クラブ一覧表を窓口で配布しております。  
◎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ので、興味のある方は一度見学にお越しください。また、日程の変更等がある場合があります。お問い合わせは、東公民館までお願いいたします。

☎25-2951

## ひがし子育てひろばからのお知らせ

- ◆場 所 八戸市立東公民館 2階ホール
- ◆活動時間 10:00~11:30
- ◆主 催 東地区社会福祉協議会

※詳細やお申し込みについては、杉本まで(☎080-9632-0789)

## 【年間行事予定表】

月日	活動内容(予定)
5月9日(金)	開講式 大きくなったかな?(成長手形スタンプ)
6月13日(金)	工作(七夕飾り)
7月11日(金)	自由遊び
9月12日(金)	かんたん工作(何ができるかな?)
10月10日(金)	戸外あそびとお散歩(神田山で秋をさがそう)
11月14日(金)	お正月飾りを作ろう
12月12日(金)	クリスマス会(要予約) 締切12月5日(金)
1月9日(金)	お家で出来るかんたん遊び
2月13日(金)	赤オニ、青オニさんと一緒に遊ぼう
3月13日(金)	閉講式 子育ておしゃべり会

※都合により、開催日時の変更もあります。