

☆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。

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

～令和5年度を迎えるにあたり～

春の暖かさが感じられる頃となりました。新年度を迎え、地域の皆様におかれましては、ますますご清祥のこととお喜び申し上げます。

お陰様をもちまして昨年度は、40の講座・教室と18の自主クラブの活動、地域諸団体の集まりや企業等の研修に総勢約1万7千名の方々が公民館に足を運んでくださいました。本当にありがとうございました。

さて、新型コロナウイルスが、5月8日から感染法上の分類で「2類相当」から「5類」へ引き下げられることとなります。それに伴って市内の公民館では、3月13日から利用の仕方が【マスク着用は個人の判断で】【館内での飲食が可能】と変更になり、徐々に制限が緩和されてきました。ただし、「三つの密(密閉・密集・密接)の回避」、「人と人との距離の確保」、「手洗い等の手指の衛生」、「換気」等の基本的な感染対策は今後も重要ですので、ご利用の際はこれまでどおり継続していただければと思います。

令和5年度も、皆様にとって「たのしい・ためになる・たよりになる」公民館を目指して、多くの方々が参加したくなるような講座や行事の計画・実施に努めてまいりますので、これまで同様皆様のご支援ご協力をよろしくお願いいたします。

東公民館館長・職員一同

自主クラブ 会員募集

東書道倶楽部

活動日：毎週木曜日(月3回)
10:00～12:00

会費：月1,000円



興味のある方は、是非一度見学にお越しください。お問い合わせは、東公民館までお願いいたします。

🌸🌸🌸 5・6月 講座案内 🌸🌸🌸

* 4月3日(月)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*

◎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。

◎当日は、自宅で検温をお願いします。高温の方、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。

マスクの着用は個人の判断になりますが、講座中はなるべくマスクの着用にご協力をお願いいたします。

※新型コロナウイルスの感染状況次第で、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。

パッチワーク教室

～スマホショルダーを作ろう～

日時：5月15日(月)、22日(月)、29日(月)
10:00～12:00

講師：田中 恵美子 氏

材料費：2,500円

持ち物：裁縫道具、布に書けるペン、パッチワーク用糸(茶色)

募集数：10名

締切り：4月20日(木)

★見本展示中です



マジックショー

～プロのマジックを楽しもう～

日時：5月19日(金)
10:00～12:00

講師：白幡 研二 氏

募集数：30名

締切り：5月10日(水)



春の寄せ植え教室

日時：6月20日(火)
10:00～12:00

講師：(株)花生植物園

材料費：1,000円

持ち物：ゴム手袋、シャベル

募集数：20名

締切り：6月6日(火)



美容整体教室

～骨盤を整えて体のゆがみを改善しよう～

日時：6月12日(月)
10:00～12:00

講師：看護師・美容整体師・

スポーツアロマトレーナー

佐藤 真由美 氏

持ち物：動きやすい服装

募集数：10名

締切り：6月8日(木)



レジン教室

～アクセサリを作ろう～

日時：6月6日(火)
10:00～12:00

講師：上原子 澄子 氏

材料費：1,000円

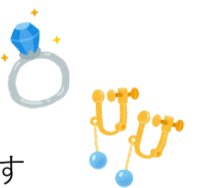
(指輪とイヤリングのセット)

持ち物：ピンセット

募集数：10名

締切り：6月1日(木)

★見本展示中です



スマホ教室

～基本操作を学ぼう～

日時：6月14日(水)
13:00～16:00

講師：須藤 拓哉 氏

持ち物：スマホ(アンドロイド限定)

充電器(満タンにしてきてください)

スマホを購入したときの契約書

筆記用具

募集数：6名

締切り：6月6日(火)

初心者向けの
内容になります



※通信費は自己負担になりますので、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。

体軸体操教室

～姿勢を整え思いっきり腰をのばそう～

日時：6月8日(木)、15日(木)
10:00～12:00

講師：橘 舞 氏

持ち物：ヨガマット or バスタオル

上履き、動きやすい服装

水分補給用の飲み物

募集数：20名

締切り：6月5日(月)



たくさんのご参加
お待ちしております！

◆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、公民館窓口にもおいてありますので、どうぞご利用ください。

裏面もあります⇒



令和5年度東公民館講座案内



5月講座

講座名	日	曜日	時間	講師
パッチワーク教室①	15	月	10:00~12:00	田中 恵美子
パッチワーク教室②	22	月		
パッチワーク教室③	29	月		
マジックショー	19	金	10:00~12:00	白幡 研二

6月講座

講座名	日	曜日	時間	講師
レジン教室	6	火	10:00~12:00	上原子 澄子
体軸体操教室①	8	木	10:00~12:00	橋 舞
体軸体操教室②	15	木		
美容整体教室	12	月	10:00~12:00	佐藤 真由美
スマホ教室	14	水	13:00~16:00	須藤 拓哉
寄せ植え教室	20	火	10:00~12:00	(株)花生植物園

7月講座

講座名	日	曜日	時間	講師
モバイル教室①	4	火	10:00~12:00	金見 喜久
モバイル教室②	11	火		
モバイル教室③	18	火		
ポッチャ体験教室	6	木	10:00~12:00	大塚 利美

8月講座

講座名	日	曜日	時間	講師
陶芸教室	8	火	10:00~12:00	渡邊 真樹
エコクラフト教室①	22	火	9:30~12:30	上原子 澄子
エコクラフト教室②	29	火		

9月講座

講座名	日	曜日	時間	講師
ラペリスフラワー教室①	1	金	9:00~12:00	鈴木 淑子
ラペリスフラワー教室②	8	金		
初めての刺しゅう教室①	5	火	9:00~12:00	寺井 嘉子
初めての刺しゅう教室②	12	火		
苔テラリウム教室	15	金	10:00~12:00	梅森 敦子

10月講座

講座名	日	曜日	時間	講師
三味線教室①	5	木	13:00~15:00	藤間 文翔
三味線教室②	12	木	13:00~14:00	
三味線教室③	19	木	13:00~14:00	
三味線教室④	26	木	13:00~15:00	
歴史教室	16	月	10:00~12:00	古館 光治
こけ玉作り教室	24	火	10:00~12:00	(株)花生植物園
介護予防体操教室①	25	水	10:00~12:00	中村 真由美

11月講座

講座名	日	曜日	時間	講師
パソコン教室①	1	水	13:00~16:00	須藤 拓哉
パソコン教室②	2	水		
歴史教室	6	月	10:00~12:00	江刺家 均
健康マージャン教室①	8	水	9:30~12:30	音喜多 彰治
健康マージャン教室②	9	水		
歴史教室	14	火	10:00~12:00	滝尻 侑貴
カラダの学校①	17	金	10:00~12:00	向井 聡洋
カラダの学校②	24	金		
介護予防体操教室②	22	水	10:00~12:00	中村 真由美

12月講座

講座名	日	曜日	時間	講師
カラダの学校③	1	金	10:00~12:00	向井 聡洋
終活講座	6	水	10:00~12:00	佐々木 博一
出前消費者講座	4	月	10:00~12:00	消費生活相談員
お正月飾り教室	13	水	10:00~12:00	後藤 奈穂子
音楽鑑賞講座	18	月	10:00~12:00	八戸 敦
生け花教室	28	木	10:00~12:00	工藤 豊蓉

1月講座

講座名	日	曜日	時間	講師
軽体操&ストレッチ教室A①	10	水	10:00~12:00	小西池 郁子
軽体操&ストレッチ教室A②	24	水		
軽体操&ストレッチ教室B①	12	金	10:00~12:00	小西池 郁子
軽体操&ストレッチ教室B②	26	金		
パソコン教室	17	水	13:00~16:00	須藤 拓哉

2月講座

講座名	日	曜日	時間	講師
軽体操&ストレッチ教室B③	9	金	10:00~12:00	小西池 郁子
軽体操&ストレッチ教室A③	14	水	10:00~12:00	小西池 郁子

家庭教育学級(東っ子クラブ)

講座名	月日	曜日	時間	講師
体軸体操教室	7月24日	月	10:00~12:00	橋 舞
木工クラフト教室	7月27日	木		鈴木 篤史
海のリース作り教室	7月28日	金		後藤 奈穂子
工作教室	8月1日	火		上原子 澄子
けん玉&パネルシアター	8月2日	水		大久保 伸夫
HIP HOP教室	8月4日	金		ONE MOVE
ニュースポーツ教室	8月7日	月		山邊 みゆき

★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。講座の詳細や申し込みにつきましては、今後発行予定の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 はまなすダンスクラブ	毎週 火	9:30~12:30	月500円
4 パッチワーククラブ	第2・4 火	10:00~12:30	月1,300円
5 東吟詠クラブ	毎週 火	13:00~15:00	月1,500円
6 東ストレッチクラブ	毎週 火	19:00~21:00	月1,500円
7 東公民館卓球部	毎週 火・土	18:00~22:00	月300円
8 東3B体操クラブ	毎週 水	10:00~12:30	月1,000円
9 東カラオケクラブ	毎週 水	13:00~15:00	月1,000円
10 東書道倶楽部	毎週 木	10:00~12:00	月1,000円
11 太極拳クラブ	毎週 木	13:30~15:30	月1,500円
12 湊高台ダンスクラブ	毎週 木	19:00~22:00	月1,500円
13 スマイル	毎週 金	10:00~12:00	月1,300円
14 囲碁クラブ	毎週 金	13:00~16:00	年1,000円
15 東絵手紙クラブ	第2 土	13:00~16:00	月700円
16 東フォークダンスクラブ	第2・4 日	9:00~13:00	回500円
17 東カラテ・キッズ・クラブ	毎週 日	18:00~21:00	月2,000円

◎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。(公民館や講師の都合により変更や休みの場合もあります。また、人数によって会員を受け付けていないクラブもあります。)

◎東公民館自主クラブ一覧表を窓口でお渡ししております。お問い合わせは、東公民館までお願いいたします。

令和5年度ひがし子育てひろば年間予定表

開催場所:八戸市立東公民館 2階ホール
 時間:10:00~12:00
 予約:工藤 ☎34-0894

年間プログラム

月日・曜日	内容(令和5年度実施予定)	参加費
5月13日(土)	開講式(大きくなったかな)	100円
6月10日(土)	工作(七夕飾り)	100円
7月8日(土)	自由遊び	100円
9月9日(土)	かんたん工作	100円
10月14日(土)	戸外あそびとお散歩(神田山で秋をさがそう)	100円
11月11日(土)	お正月飾りを作ろう	100円
12月16日(土)	クリスマス会(要予約)	300円
1月13日(土)	お家で出来るかんたん遊び	100円
2月10日(土)	節分だ 鬼さんと一緒に遊ぼう	100円
3月9日(土)	閉講式(子育ておしゃべり会)	100円

◎都合により、プログラム内容が変更になる場合もあります。
 ◎咳、発熱のある方は受付いたしません。
 ◎マスク着用をお願いいたします。新型コロナウイルス感染拡大防止のため、色々と約束事があります。ご協力よろしくお願いいたします。

