

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月の講座案内

8月21日(金)9:00～受付開始
電話でもOK!!

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 **欠席や遅刻**をされる際は、必ず連絡をお願いいたします。
- ③ 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
(9:00～17:00)

温活ストレッチ教室

～ 体のゆがみをととのえる ～

10月21日・28日(水)

時 間：10:00～12:00

講 師：吉崎 路子氏

参加費：無料

持ち物：ヨガマット

又は大判バスタオル・飲み物

定 員：8名

2日間参加できる方

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～

9月28日・10月26日・11月30日

12月21日・1月25日・2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)

- ◎参加したみなさんとコミュニケーションをとりながら、リラックスした雰囲気で行う講座です。
- ◎ママの産後の心と身体の悩みや、お子様の気かりな事など、個別相談も受け付けます。
- ◎ダウン症や発達が気になるお子様もご参加お待ちしております。

クラフトかごづくり

～透かしあみ模様のおしゃれなかごバッグ～

10月23日・30日(金)

11月 6日・13日・20日・27日(金)

時 間：12:30～15:30

講 師：金見 純子氏

材料費：3,800円(予定)

持ち物：はさみ・木工ボンド・手拭きタオル

筆記用具・定規30cm(メジャーも可)

目打ち(マイナスドライバーも可)

ペットボトル500ml(重し用3本くらい)

洗濯バサミ(30個)

定 員：6名

×切 9/10(木)

- ・あい色・れんが色
 - ・コハク色・まつば色
 - ・コーヒー色・るり色
- の6色から選べます。

色の見本は公民館にあります。

★公民館に見本を
展示しています高さ 長さ 幅
23cm×40cm×15cm★9月11日(金)以降のキャンセルは
返金できません

館内清掃

6月11日(木)に、公民館自主クラブ員15名と職員で、館内清掃を行いました。

今回は全室の窓の棧を掃除しました。

昨年1度掃除していたため、汚れも落ちやすく皆さんの手際もよくあっという間にきれいになりました。ありがとうございました。



御 礼 ～包丁研ぎ 17本～

7月6日(月)に、八戸市食生活改善推進員協議会吹上地区の小暮さんが2時間かけて研いでくださいました。切れない包丁で困っていたので助かりました。ありがとうございました。





令和8年度



吹上公民館まつり

合同発表会

10月10日(土)

10時～12時

★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。



3B体操・詩吟クラブ慧風会・レクダンス
泉歌唱会(合唱)・フラダンス・太極拳
さわやか体操・カラオケ・是川音頭保存会

ドリンクコーナー
あります
(1F 調理室)



地域の皆様のご来館をお待ちしております

作品展示会

10月11日(日)

10時～14時

作品展示コーナー

- ◎公民館講座作品
- ◎吹上保育園園児
- ◎着付クラブ
- ◎吹上児童館児童
- ◎藤手芸クラブ
- ◎吹上公民館山野草クラブ
- ◎さくら俳句会
- ◎吹上地区社会福祉協議会
- ◎吹上地区民生委員児童委員協議会



フリーマーケットコーナー

(2F ホール)



- ・手作り小物
- ・着物リメイク
- ・日用雑貨
- ・食器、古着など



お茶席

(吹上お茶クラブ)



八戸病院

- ・看護師の健康相談
コーナー
- ・栄養士の栄養相談
コーナー など



販売コーナー

- ・そば
- ・栗ご飯
- ・パン など
- ・アイスコーヒー、麦茶



フードコートで

購入品が食べられます
(1階 講義室)

吹上おやじの会

- ・焼き鳥・かき氷
- ・やきそば



購入したものを入れる

エコバッグ等

ご持参ください



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

★ハロウィン
ミニかご作り



お菓子の
おまけつき!

遊びにきてね!

★当日、内容に変更がある場合があります。