

かみなが公民館だより

所在地：八戸市一番町一丁目4-1 電話：0178-23-3237

上長公民館
発行
令和7年度
5月号

公民館は皆様の
★生涯の学習の場
★連帯と交流の場
★地域づくりの場



*** 退任館長挨拶 ***

目澤前館長さんから引き継ぎ、5年の長きにわたり務めさせて頂きました。最初の2年間は新型コロナウイルス感染症が猛威をふるって公民館活動も中止せざるを得ませんでした。令和4年から徐々に活動を再開出来るようになり、地域の皆様から足を運んで頂き講座を開催することができました。

昨年度はトイレ等の修繕、またスリッパの買い替え等を行いました。

今後も魅力ある講座の実施、快適な公民館運営に努め、職員一同、皆様に愛される公民館運営を行ってまいります。これまで、地域の皆様からいろいろとご指導ご鞭撻を賜り、大過なく職務を全う出来ましたことに感謝申し上げ、退任の挨拶と致します。

奥寺 健二

*** 新任館長挨拶 ***

前館長奥寺健二様の後を引き継ぎ、4月1日から上長公民館の館長に着任しました白石哲志です。奥寺様におかれましては、5年間の長きにわたり魅力ある講座の運営、新型コロナ感染への対応、施設管理等、たいへんおつかれさまでございました。

私自身の上長地区での勤務は、昭和61年4月に開校の西園小学校に10年間勤務した時以来、およそ30年ぶりです。教職員の歓送迎会が上長公民館2階ホールで開催されたように記憶しています。

今後は、公民館での諸活動が皆様にとって楽しく有意義なものとなりますようがんばってまいりますので、ご指導ご鞭撻を賜りますようお願いいたします。

白石 哲志

- 今年度も上長公民館をよろしくお願いいたします -

職員一同

公民館講座 参加者募集中！

○お客様のご都合によりキャンセルされる場合は、材料代をいただきます。
○講座開始時間の5分前には会場にお入りください。

4月8日(火)から募集開始(先着順)

和菓子作りのみ応募多数の際は抽選となります
2回・3回の講座は全ての回に参加できる方を募集

和菓子作り教室

全1回

上生菓子と草もち

日時 5月8日(木) 10時~12時
材料費 900円
募集 12人(申込締切5月1日)
講師 (名)菓子処丸美屋
持ち物 エプロン・三角巾・手拭き
持ち帰り用のタッパー



写真は令和6年度の講座で制作した上生菓子です。
(左から、梅・烏帽子・鬼を作りました)

カラダの学校

全3回

体幹を鍛えるトレーニング

日時 5月12日(月)/19日(月)/26日(月)
10時~12時
参加費 無料
募集 8人(申込締切5月1日)
講師 向井 聡洋氏
持ち物 動きやすい服装・飲み物
お持ちの方はフォームローラー



体を動かしづらい、うまく立ち上がれないなど、少しずつ改善していきましょう！

焼き物教室

全1回

八戸焼で、自分だけの器作り

日時 5月16日(金) 10時~12時
材料費 1,800円(器2個程度作れます)
募集 10人(申込締切5月13日)
講師 渡邊 真樹氏
持ち物 エプロン・捨てても良いタオル



スマホ教室

全2回

自分のスマホの使い方

日時 5月22日(木)・23日(金)
10時~12時
教材費 200円
募集 6人(申込締切5月20日)
講師 (特非)IT事業センターはちのへ
持ち物 スマホ契約時の書類(あれば)
自分のスマートフォン(フル充電で)

PASSWORD...



何が分からないのかが、
分からない。こんなこと
今さら聞けない。そんな
状態でも大丈夫！

クラフトバンド教室

全3回

ティッシュケースを作ろう

日時 6月9日(月)/16日(月)/23日(月)
10時~12時
材料費 800円
募集 8人(申込締切5月30日)
講師 和嶋 和家子氏
持ち物 いつも使っているティッシュ
(袋タイプでも箱タイプでもOK)



ハルモニアコンサート

全1回

ハルモニアによるコンサートを楽しもう

日時 6月25日(水) 10時~12時
参加費 無料(申込締切6月24日)
募集 10人(高齢者教室と併催)

観覧無料でどなたでもハルモニアさんのコンサートをご覧いただけます。事前に公民館にお申し込みをお願いいたします。



お申し込みは上長公民館 0178-23-3237

令和7年度
上長公民館講座 年間予定表

- ・講座参加するためには、事前の申し込みが必要です。
- ・公民館窓口で、大きな年間予定表を配布しています。

開 催 日	時 間	講 座 名	内 容	講 師	募集
5/8(木)	10 時～12 時	和菓子作り教室	季節の和菓子を作ろう	(名)菓子処丸美屋	4 月 8 日 から
5/12・19・26 (月)	10 時～12 時	カラダの学校	体幹を鍛えるトレーニング	向井 聡洋 氏	
5/16(金)	10 時～12 時	器の焼き物教室	自分だけの器作り	渡邊 真樹 氏	
5/22(木)23(金)	10 時～12 時	自分のスマホの使い方	基本的な使い方を覚えよう	IT 事業センターはちのへ	
6/9・16・23(月)	10 時～12 時	クラフトバンド教室	クラフトバンドでティッシュカバーを作ろう	和嶋 和家子 氏	
6/25(水)	10 時～12 時	ハルモニアコンサート	ハルモニアによるコンサートを楽しもう	杉本孝幸 氏 / 杉本 洋子 氏	
7/1(火)	10 時～13 時	手作りジャム教室	季節のフルーツジャムとスコーンを作ってみよう	中村 栄子 氏	6 月 10 日 から
7/9・16(水)	10 時～12 時	盆踊り教室	盆踊りを学ぼう	若柳 竹絵津 氏	
7/22(火)	10 時～12 時	着付け教室	浴衣の着付けを学ぼう	田山 純子 氏	
7/28(月)	10 時～12 時	レジン教室	レジンで小物づくりに挑戦しよう	豊川 まり子 氏	
7/29(火)	10 時～12 時	プログラミング教室	プログラミングに挑戦しよう	山道 光子 氏	
7/30(水)	10 時～12 時	オーシャントレイ教室	波の模様のフレームを作ろう	長塚 佳子 氏	
8/22(金)	10 時～12 時	カラダの学校	ボールを使って楽しく身体を動かそう	向井 聡洋 氏	7月 25日 から
8/27(水)	10 時～12 時	交流教室カローリング	世代間交流でカローリングをしよう	八戸市スポーツ推進委員	
9/1・8・22(月)	9 時～12 時	編み物教室	かぎ針編みでお花の円座マットを編もう	木村 まゆみ 氏	
9/13(土)	17 時 30 分～19 時 30 分	星の教室	「地球が回っているということ」を学ぼう	八戸高専 丹羽 隆裕 氏	9 月 9 日 から
9/18(木)	10 時～12 時	ベンガラ染め体験	ベンガラ染めの手ぬぐいづくりに挑戦しよう	渡邊 麻央 氏	
10/3(金)	10 時～13 時	パン作り教室	パン作りに挑戦しよう	管野 泰明 氏	
10/17(金)	10 時～12 時	土鈴の焼き物教室	来年の干支の土鈴を作ろう	渡邊 真樹 氏	
11/5(水)	10 時～12 時	上長シネマ	懐かしい映画を楽しもう	公民館職員	
11/11(火)	10 時～13 時	料理教室	食生活改善料理を学ぼう	八戸市食生活改善推進員協議会	
11/20(木)21(金)	10 時～12 時	自分のスマホの使い方	基本的な使い方を覚えよう	IT 事業センターはちのへ	11 月 26 日 から
12/3(水)	10 時～12 時	リース作り教室	クラフトバンドでクリスマスリースを作ろう	和嶋 和家子 氏	
12/24(水)	10 時～12 時	子どもバルーン教室	バルーンでクリスマスの飾りを作ろう	大南 累世 氏	
1/6(火)	10 時～12 時	プログラミング教室	プログラミングに挑戦しよう	山道 光子 氏	
1/7(水)	10 時～12 時	交流教室せんべい焼き体験	世代間交流で南部せんべいを焼いて食べてみよう	青森県立種差少年自然の家	
1/8(木)	10 時～12 時	子ども吹き矢教室	スポーツウエルネス吹き矢に挑戦しよう	葛西 征三 氏	
1/9(金)	10 時～12 時	交流教室ポッチャ	世代間交流でポッチャをしよう	公民館職員	
2/10(火)	10 時～12 時	味噌作り教室	白米麴の米味噌を作ろう	岩井 彩友美 氏	
2/17(火)	10 時～12 時	子どもパン作り教室	いろんな種類のパンを焼いてみよう	管野 泰明 氏	

※お子様向けの講座については、小学校へチラシを配布予定です。

ゆう遊教室 受講生募集

- ・一年間の学級制です。お申し込みはお電話または公民館窓口まで。
- ・7/2 ゆう遊お出かけ教室、9/3 上長観音巡りは、事前申し込み制となります。

開 催 日		時 間	講 座 名	内 容	講 師
6 月 4 日	(水)	10 時～12 時	ゆう遊開講式コンサート	クラブの演奏を鑑賞しよう	上長自主クラブ / 公民館職員
6 月 18 日	(水)	10 時～12 時	3B 体操教室	3B 体操で楽しく身体を動かそう	佐々木 美智子 氏
6 月 25 日	(水)	10 時～12 時	ハルモニアコンサート	ハルモニアによるコンサートを楽しもう	杉本 孝幸 氏 / 杉本 洋子 氏
7 月 2 日	(水)	10 時～16 時	ゆう遊お出かけ教室	久慈方面へ行こう(※事前申込)	公民館職員
7 月 9 日	(水)	10 時～12 時	盆踊り教室	盆踊りを学ぼう	若柳 竹絵津 氏
7 月 16 日	(水)	10 時～12 時	盆踊り教室	盆踊りを学ぼう	若柳 竹絵津 氏
8 月 27 日	(水)	10 時～12 時	交流教室カローリング	世代間交流でカローリングをしよう	八戸市スポーツ推進委員
9 月 3 日	(水)	10 時～12 時	上長観音巡り	上長地区の観音様をバスで巡ろう(※事前申込)	滝尻 善英 氏
9 月 10 日	(水)	10 時～12 時	運動機能向上教室	楽しく運動しよう	高齢者支援センターはくじゅ
10 月 8 日	(水)	10 時～12 時	ニュースポーツ	ニュースポーツを楽しもう	八戸市スポーツ推進委員
11 月 5 日	(水)	10 時～12 時	上長シネマ	懐かしい映画を楽しもう	公民館職員
11 月 19 日	(水)	10 時～12 時	楽レクダンス教室	楽に楽しく身体を動かそう	大久保 幸恵 氏
12 月 17 日	(水)	10 時～12 時	ゆう遊クリスマス会	AED 教室とクリスマス会	八戸消防署尻内分遣所 / 公民館職員
1 月 9 日	(金)	10 時～12 時	交流教室ボッチャ	世代間交流でボッチャをしよう	公民館職員
1 月 14 日	(水)	10 時～12 時	健康体操教室	運動不足を解消しよう	エスプロモ(株)
2 月 25 日	(水)	10 時～12 時	ゆう遊閉講式お楽しみ会	一年間の活動の映像鑑賞と脳トレゲーム大会	公民館職員

次回の公民館だよりは6月発行予定です