

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5年
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

——新年度のスタートにあたり——



春和景明の今日この頃、まもなく桜も開花し桜満開の季節になります。また、これまで私たちの前に立ちはだかつてきた新型コロナウイルスもようやく収束に向かいつつあります。

今年度は、これまで同様新型コロナウイルスの感染拡大防止に努めながら安心・安全な公民館活動を進めて参りたいと思っております。講座もいろいろ企画しておりますので、たくさんの参加をお待ちしております。

地域の皆様から、ますますのご指導ご支援を賜り、職員一同、業務を円滑に遂行して参る所存です。どうぞ、今後ともよろしくお願い申し上げます。

公民館館長・職員一同


公民館講座受講生募集

4月10日から
受付スタート


お申し込み時に「お名前」「ご住所」「お電話番号」をお伺いします
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

📌 今回掲載の講座の開催時間はすべて10:00~12:00となっております 📌


【カラダの学校】- 体幹を鍛えるトレーニング - 2回講座
5月9日(火) / 5月16日(火)
講師：向井 聡洋 氏
募集：8名
参加費：無料
持ち物：動きやすい服装、飲み物
汗ふきタオル



【スマホ教室】- 自分のスマホの使い方 - 2回講座
1回目 5月10日(水) / 11日(木)
2回目 5月17日(水) / 18日(木)
講師：(特非) IT 事業センターはちのへ 下平厚子 氏
募集：1回目 6名 / 2回目 6名(入れ替え制)
参加費：資料代 ¥200
持ち物：いつも使っているご自分のスマートフォン



【春の寄せ植え教室】- 鉢に春の寄せ植えをしよう -
6月6日(火)
講師：後藤 奈穂子 氏
募集：10名
参加費：1,500円
持ち物：汚れてもよい服装、エプロン




参加申込締切 5月30日

【焼き物教室】- 自分だけの器作り -
5月19日(金)
講師：渡邊 真樹 氏
募集：10名
参加費：材料費 1,800円
持ち物：汚れてもよい服装、エプロン



【エコクラフト教室】- エコクラフトのかごバック作り - 3回講座
6月8日(木) / 6月15日(木)
6月22日(木)
講師：和嶋 和家子 氏
募集：6名
参加費：材料費 1,300円
持ち物：ハサミ(厚紙を切ります)、洗濯バサミ 20個、メジャー
目打ち(千枚通し)、大きなエコバッグ(かご持ち帰り用)




参加申込締切 5月31日

【メディカルハーブでリラックス】- 身近なハーブを取り入れよう -
6月13日(火)
講師：大島 望 氏
募集：10名
参加費：500円
持ち物：特になし



【歴史講座】- 戦国時代の南部氏 -
前回大好評だった「清心尼」の滝尻侑貴先生の講座です
7月5日(水)
講師：滝尻 侑貴 氏
募集：10名(高齢者教室と併催)
参加費：無料



【切り絵教室】- 切り絵に挑戦しよう - 3回講座
7月6日(木) / 7月13日(木) / 7月20日(木)
講師：大南 累世 氏 募集：8名
参加費：カッターマット 220円、切り絵用カッター 500円
凶案用紙代 500円
前回切り絵の講座に参加されて、マットとカッターをお持ちの方は購入不要です。
持ち物：あれば手元を照らすライト、老眼鏡など。

参加申込締切 6月29日

【三条こども科学講座】 - バスボム作りに挑戦しよう
6月11日(日) 10時~12時 講師：大橋 なつき 氏・新戸部 恵美 氏

小学校を通して
チラシを配布します

ゆう遊教室 受講生募集

一年間の学級制です。一度お申し込みいただくと、それ以降ゆう遊教室の講座のお申し込みは必要ありません。
 楽しい&ためになる講座と一緒に体験してみませんか。
 各講座ともに受講料は無料ですが、貼り絵教室のみ材料費をいただきます。
 ゆう遊教室へ参加をご希望の方は、お電話もしくは公民館の事務所にて、いつでもお申し込みください。
 6月7日の開講式以降も、お申し込みいただけます。

月 日	講 座 名	内 容	時 間	講 師
6月7日(水)	ゆう遊教室開講式	開講式	10:00~11:00	公民館館長
6月7日(水)	上長クラブコンサート	クラブの演奏を鑑賞しよう	11:00~12:00	上長自主クラブ
7月5日(水)	歴史講座	戦国時代の南部氏	10:00~12:00	滝尻 侑貴 氏
7月12日(水)	防犯教室	身近な危険から身を守ろう	10:00~12:00	八戸警察署
8月4日(金)	保健師による講話	健康寿命を延ばすために	13:30~14:30	健康づくり推進課成人保健グループ保健師
8月25日(金)	歯科衛生士による講話	オーラルフレイル予防について	13:30~14:30	木村 和子 氏
9月6日(水)	認知症予防講座	認知症を予防するために	10:00~12:00	高齢者支援センター はくじゅ
9月20日(水)	縄文遺跡講座	縄文文化について知ろう	10:00~12:00	是川縄文館
10月4日(水)	ニュースポーツ	ニュースポーツを楽しもう	10:00~12:00	八戸市スポーツ推進委員
10月11日(水)	伝統木版鑑賞講座	未定	10:00~12:00	街かどミュージアム 小倉 学 氏
11月8日(水)	楽レクダンス教室	楽に楽しく身体を動かそう	10:00~12:00	大久保 幸恵 氏
11月22日(水)	上長シネマ	懐かしい映画を楽しもう	10:00~12:00	公民館館長
12月6日(水)	貼り絵教室(¥200)	干支の貼り絵カレンダー作り	10:00~12:00	公民館職員
1月10日(水)	健康体操教室	運動不足を解消しよう	10:00~12:00	エスプロモ(株) 斉藤 あかね 氏
1月17日(水)	ゆう遊教室閉講式	一年の反省	10:00~11:00	公民館館長
1月17日(水)	ゆう遊お楽しみ会	一年の活動の映像鑑賞とクイズ大会	11:00~12:00	公民館職員



体調が悪い時は、無理をせずお休みしましょう。ご都合に合わせて、出席できる講座にお越しください。

令和5年度
公民館講座
年間予定表は
公民館にて配布中

令和5年度、上長公民館のすべての講座が記載されている年間講座予定表は、
 公民館にご用意しております。ご自由にお持ち帰りください。
 ゆう遊教室以外の公民館講座は、すべて事前予約制です。
 公民館発行の「だより」にて講座の受付期間をお知らせいたします。
 是非、今後も公民館だよりをご活用ください。

上長体育振興会からのお知らせ

八戸市総合体育大会 スケート競技
 令和5年2月25日(土) 18:30~ 会場: YSアリーナ

上長体育振興会14年ぶり10回目の



優勝



優勝 上長 51点
 2位 館 42点
 3位 根城 38点

☆出場選手

小笠原 寿光 (尻内)
 岡田 英 (三条目)
 田村 享太 (東一番町)
 清川 道弘 (一番町)
 柏山 佳代 (三条目)