

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
9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

上長公民館芸能発表会

日時：10月29日（日）12時～15時

出演者は公民館自主クラブ員のみとなります（8月4日運営委員会で決定）

8月14日（月）
募集開始

公民館講座受講生募集

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
講座開始時間の5分前には会場にお入りください

<p>全3回 【日本舞踊 旭流 おもしろをどり】 *「おもしろをどり」を学ぼう*</p> <p>日時：9月1日（金）・8日（金）・15日（金） 10時～12時 講師：旭七幸氏 定員：10名 参加費：無料 持ち物：足袋、扇子（お持ちの方）</p> <p>懐かしい 昭和の名曲で 楽しく踊りましょう</p> 	<p>全2回 【カラダの学校】 *体幹を鍛えるトレーニング*</p> <p>日時：9月5日（火）・12日（火） 10時～12時 講師：向井聡洋氏 定員：8名／参加費：無料 持ち物：飲み物、汗ふきタオル 動きやすい服装、フォームローラー（お持ちの方）</p> 
<p>【縄文遺跡講座】 *縄文文化について知ろう*</p> <p>日時：9月20日（水） 10時～12時 講師：是川縄文館 定員：10名（高齢者教室と併催） 参加費：無料</p> 	<p>【焼き物教室】 *干支の土鈴を作ろう*</p> <p>日時：9月22日（金） 10時～12時 講師：渡邊真樹氏 定員：10名 材料費：1,500円 持ち物：捨ててもよいタオル 汚れても良い服装</p> <p>今年は 辰が 仲間入り！</p> 
<p>全3回 【籐手芸教室】 *籐のプレートを編もう*</p> <p>日時：10月2日（月）・16日（月）・23日（月） 10時～12時 講師：石橋桂子氏 定員：10名 材料費：500円 持ち物：ハサミ</p> <p>お菓子や ちょっとした 小物入れに</p>  	<p>【多肉の寄せ植え教室】 *多肉の寄せ植えに挑戦しよう*</p> <p>日時：10月6日（金） 10時～12時 講師：後藤奈穂子氏 定員：10名 材料費：1,500円 持ち物：汚れてもよい服装、軍手（手袋）</p> 
<p>【伝統木版鑑賞講座】 *浮世絵知ったかぶり*</p> <p>日時：10月11日（水） 10時～12時 講師：街かどミュージアム 小倉学氏 定員：10名（高齢者教室と併催） 参加費：無料</p> 	<p>全3回 【干支の切り絵】 *干支の切り絵に挑戦しよう*</p> <p>日時：11月2日（木） 11月9日（木）・11月16日（木） 10時～12時 講師：大南累世氏 定員：8名 材料費：500円 必要な方はデザインカッター550円、マット220円 持ち物：あれば手元を照らすライト、眼鏡など</p> <p>昨年の作品『卯』→ 今年は『辰』です</p> 

《上長公民館高齢者教室 ゆう遊教室》
 参加者随時募集中 ・ お申し込みは上長公民館 0178-23-3237 まで

《ボッチャにチャレンジ》6月21日(水)
 上長公民館では初！ボッチャに挑戦しました！
 道具は上長地区社会福祉協議会様からお借りしました。経験者の方もいらっしやいましたが、ほとんどの方が初めてのボッチャだったそうです。
 投げる順番と得点のルール、思った通りに転がらないボールなどに悪戦苦闘しながらですが、全員が参加し、ボールを投げてゲームに参加することができました。公民館主事も勉強しながらの講座開催となりました。
 ご協力いただきました皆様、ありがとうございました。



《歴史講座》7月5日(水)
 相変わらず人気の滝尻先生の歴史講座。
 今回は大河ドラマ「どうする家康」の時代の南部氏と信長・秀吉・家康との手紙のやりとりを解説し、南部と歴史上の出来事を関連付けてのお話をさせていただきました。



《防犯教室》7月12日(水)
 八戸駅前交番の所長さんから、身近な防犯についてお話しをさせていただきました。最近の特殊詐欺の内容や、高齢者の交通安全について分かりやすく解説されているDVDを見て、特に気を付けるべき点を解説させていただきました。

次回のゆう遊教室は
 8月25日(金)13時30分～14時30分 「歯科衛生士による講話」
 -オーラルフレイル予防について-
 皆様のご参加、お待ちしております

《 上長体育振興会から、各大会開催のお知らせ 》

ソフトボール大会	日時:令和5年8月20日(日)	会場:西園小学校グラウンド
区民運動会	日時:令和5年9月17日(日)	会場:西園小学校グラウンド
第75回八戸市総合体育大会	日時:令和5年9月30日～令和5年10月9日(15種目)	

※お問い合わせ:上長体育振興会(目澤 090-6223-1076)まで

《 上長地区健康づくり推進協議会からののお知らせ 》

第3回ウォーキング会	日時:令和5年9月14日(木) 9時 集合場所:上長公民館
------------	-------------------------------

※詳細については、各町内の掲示板をご覧ください※

6月に、尻内町内会長の
 小笠原武治さんが草刈りを
 してくださいました
 ありがとうございました

ありがとう!

6月に、一番町町内会の方
 が公民館の花壇に
 花を植えてくださいました
 ありがとうございました

次の公民館だよりは10月発行予定です