

We Love 柏崎

—みんなのふるさと 柏崎—
私たちの住んでいる柏崎に誇りと愛着をもとう！



柏崎

公民館だより

発行

八戸市立柏崎公民館
八戸市柏崎3丁目13-5
電話・FAX 43-9139

第37回 柏崎公民館

文化祭

令和7年10月4日(土)～10月5日(日)

作品展示

10月4日(土) 10時～15時
5日(日) 10時～12時

文化祭当日に来られない方々のために、
10月3日(金) 16時～19時まで作品
展示をオープンします。

【展示内容】

- 令和7年度講座作品（布ぞうり、かぎ針編み、水引細工、墨画アート、藍染、エコクラフト、ツールペイント）
- 自主クラブの方々の作品・地域の方々の作品
- 柏崎小学校、第三中学校、八戸盲学校、八戸聾学校の生徒の作品
- みどり幼稚園園児の作品
- 八戸あおば高等学院生徒の作品



健康相談コーナー

10月4日(土) 10時～12時

八戸市健康づくり推進課の保健師さんによる健康相談、筋力や骨密度測定です。
お気軽にご相談ください。



食育コーナー

10月4日(土) 10時～15時
5日(日) 10時～12時

八戸市食生活改善推進員協議会の方々の活動の紹介とお料理レシピの紹介。



自主クラブ発表会

10月5日(日) 13時30分開演予定

柏崎公民館自主クラブの方々による発表会です。
日頃の練習の成果を披露します。

今年は第三中学校の生活科学部(和太鼓)、八戸盲学校、八戸あおば高等学院の皆さんが特別出演します！



販売コーナー

10月4日(土) 10時～14時
5日(日) 10時～12時



お惣菜屋「ChicK(チック)」

唐揚げ、フライドポテト、焼き鳥、おにぎり、いなり寿司など

フレッシュベーカリー「チャパティ」

人気の惣菜パンや菓子パンなど
数種類を販売します。

※すべて数に限りがございます。



たくさんの方のご協力のもと、今年も文化祭を開催いたします。
皆様のご来館を心よりお待ちしております。



～公民館からのお願い～

公民館は、敷地内全面禁煙となっておりますので、駐車場等の敷地においても喫煙はご遠慮ください。

【臨時駐車場のご案内】

公民館駐車場は業者や運搬車等の専用となります。臨時駐車場として、「きよかわクリニック駐車場」と「みどり幼稚園駐車場」をご厚意でお借りしていますので、そちらをご利用ください。

※なお、きよかわクリニック駐車場は10/4日(土)午前中は診療時間のため利用できませんのでご注意ください。

皆様のご協力をお願いいたします。

【必要な方は上履きをご持参ください】

館内にエレベーターはございません。

お子様用スリッパもございませんのでご注意ください。

階段を使用する際などご心配の方は上履きをご持参ください。

展示作品の募集について

作品の搬入…10月3日(金)10時より展示会場作りをしますので、
作品をご持参のうえ、ご来館ください。

完了次第、各自展示していただくことになります。

作品の搬出…10月5日(日) 12時～12時30分【時間厳守】

※出品希望者は、申し込み用紙に必要事項を記入し、各団体、町内会、クラブでまとめて9月19日(金)までに公民館事務室へお申込みください。

～9・10・11月の講座案内～

「アロマ教室」

アロマクラフト作り

10月20日(月) 10時～12時

講師：かわいいアロマひつじや

小松 美央 氏

材料費：1,500 円

定 員：6 名

ハンドクリームと入浴剤を作ります。

(どちらもお試しサイズです)

申込期間：現在受付中で 10 月 1 日まで



★「お薬の話」

11月11日(火) 14時～15時30分

講師：こかぐち薬局

薬剤師 千葉 恵子 氏

定 員：20 名

① 薬の飲み方や副作用・飲み合わせ

② お薬手帳の使い方

③ 冬季の水分の摂り方等、
幅広くお話しします。

申込期間：10 月 1 日～11 月 7 日



★「ストレッチ教室」

体をストレッチ+筋力アップ

10月24日(金) 10時～12時

講師：小泉 百合子 氏

持ち物：ヨガマット(バスタオル可)

汗拭き用タオル、飲み物

定 員：10 名

動きやすい服装でお越しください

申込期間：現在受付中で 10 月 1 7 日まで

★「ビューティー講座」

ヘッドマッサージでリフレッシュ

12月16日(火) 10時～12時

講師：(株) アルソア デフィ

小田桐 瑞恵 氏

定 員：8 名

持ち物：置き型鏡

申込期間：10 月 27 日～12 月 4 日



★「バルーン教室」

クリスマス飾りを作ってみよう

12月1日(月) 13時～15時

講師：阿部 博美 氏

定 員：8 名

材料費：1,000～1,200 円くらい

申込期間：10 月 27 日～11 月 20 日



「腸活教室」

自分でできる腸もみ

10月21日(火)・28日(火)

10時～12時

講師：堀米 裕子 氏

定 員：各 6 名

持ち物：ヨガマットまたは大判バスタオル

動きやすい服装でお越しください

申込期間：9 月 16 日～10 月 9 日

お申込みの際にどちらか
1 日お選びください。



★「英会話教室」楽しく英語を学ぼう

11月28日(金) 10時～12時

超初級編

講師：みどり幼稚園外国人講師 メッツ ケヴィン 先生

柏崎公民館 正部家 光彦 館長

定 員：10 名

持ち物：筆記用具

申込期間：10 月 1 日～11 月 21 日



「パソコン講習会」

基本的なパソコンスキルを身につけよう

12月8日(月)、9日(火)、10日(水) 9時～12時

講師：IT 事業センターはちのへ 下平 厚子 氏

材料費：200 円くらい

定 員：6 名 ※3日間参加できる方のみ

申込期間：10 月 14 日～11 月 10 日

★「そば打ち教室」新そばを打ってみよう

12月15日(月) 10時～12時

講師：山の楽校 岩渕 修一 氏

定 員：10 名

持ち物：エプロン、三角巾、

持ち帰り用タッパー (3 人前)

材料費：700 円

申込期間：11 月 17 日～12 月 4 日



「料理教室」フイヤベースを作ってみよう

10月17日(金) 10時～13時

講師：沢野 節子 氏

材料費：1,800 円くらい

持ち物：エプロン、三角巾、持ち帰り用なべ (2 人前用)

定 員：12 名

申込期間：9 月 1 6 日～10 月 10 日



お問い合わせ・申し込みは柏崎公民館まで ☎43-9139

★の講座は「We Love 柏崎」講座になります。応募者多数の場合は抽選となります。



一碗 (いちわん) の茶に平和への願いを込めて

館長 正部家 光彦

茶道裏千家の千 玄室さんが、8 月 1 4 日にご逝去されました。102 歳でした。

彼は千利休の流れをくむ「茶の湯」の文化を世界に広めたことでも有名です。

戦時中に学徒出陣で海軍に入隊し、特攻隊に志願しましたが、出撃することなく生還しました。戦争の経験を踏まえ、一碗の茶に平和の願いを込める「一碗からピースフルネスを」の理念を提唱しました。

70 か国以上の国々を 300 回以上訪れて、世界平和の実現を訴えました。102 歳を迎えてからも講演活動を行っていましたが、5 月に転倒し、入院してリハビリに励んでいたとのことでした。

生前、千 大宗匠は、ある講演会で次のようなお話をしてくださいました。

(1) 鏡の中の自分 私が元気で世界中を駆け回ることができるのは、毎日お茶を飲むことと、子ども時代の親の躾 (しつけ) のおかげです。小学校高学年の頃、「自分はいったい何なのか？」と思い悩んでいると、母親が「朝起きたら鏡の自分に『おはよう』と笑顔で声をかけ、寝る前には『おやすみ』と自分の顔に話しかけなさい。」と言いました。

そのことを実行するようになってから、自分自身に語りかけ向き合うことができ、人に優しくしたり、笑顔で話したりすることができるようになりました。

人のところは、必ず顔に出てくるというお母さんの教えだったのです。

(2) 思い浮かぶのはお母さん あまりにも平和の中にどっぷりとつかり、自分のことしか考えられない人が増えてきたため、あえて戦争の話をするようにしました。戦地の兵隊たちは、おなかですくと故郷の母親の手料理を絵に描いて自慢し合ったりしながら、空腹を満たそうとしました。皆、愛する家族の命が助かること、戦争が早く終わることを願っていました。特攻隊として飛び立つ前日には、それぞれ故郷の方角を向いて「おかあさん！」と叫んでいました。戦争を二度としてはならない。少しでも人を助けようとする人になるように、子どもたちを育ててほしいと願います。(※へ)

(※) **(3) 茶道・・・日本人のころ** 大宗匠は「一碗からピースフルネスを」という言葉を掲げて、茶道のころを国内外に伝える活動を行いました。相手を敬い思いやるころは、日本人のころだと思います。「自分の点てた一碗のお茶で、あなたが幸せになりますように。」そういう思いを世界平和に役立てたいという強い思いがあります。



千玄室大宗匠は、何事にも規律正しさを大切にし、毎朝 4 時に起きて 8 時には寝ていらっしやったそうです。

4 年前の「婦人画報」のインタビューでは、次のように熱く語ります。

「日本人として、日本人らしさを大切にしてほしい。例えば、歩き方、お辞儀の姿勢。手をあわせて『いただきます』『ごちそうさま』何事も礼節を大切に。そして、ひとりひとりがこの国をよくしていこうという気持ちをもってほしい。これが私からの遺言です。」 この言葉をしっかりと受け止め、一日一日を大切にしたいものです。

館長の『なぞかけ』に挑戦！コーナー【その 41】



まだまだ暑い日が続きそうですね。夏バテしたり、新型コロナにかからぬよう、お体を大切になさってください。今回のテーマは『秋』です。

では、参りますよ。出発進行！

(1) 「十五夜」とかけまして、「ラッキーな人」とときます。

そのころは、どちらも「つき (月・ツキ) が大きいでしょう」

(2) 「栗ごはん」とかけまして、「服部 半蔵(はっとり はんぞう)」とときます。

そのころは、どちらも「いが(イガ・伊賀)から出てきました」

(3) 「秋分の日」とかけまして、「叶えたい夢」とときます。

そのころは、どちらも「ひが(彼岸・悲願)があります」

(4) 「コオロギ」とかけまして、「キツネとネズミ」とときます。

そのころは、どちらも「こんちゅう (昆虫・コン、チュウ) です」

お後がよろしいようで。次回も乞うご期待。

