

公民館は  
人と人 仲間と仲間  
仕事と役割 今日と明日  
をつなぐ

第2号 令和8年5月1日発行

八戸市立江陽公民館

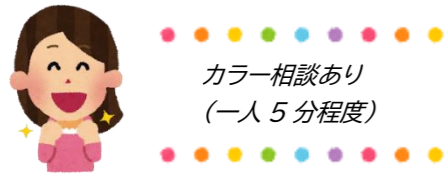
# こよう公民館だより

八戸市江陽二丁目18-34  
☎45-4571

## 【6・7月講座案内】 5月18日(月)から募集開始

### パーソナルカラー教室 自分に合う色を見つけよう

日時:6月4日(木) 10時~12時  
講師:浅川 ふさこ氏  
定員:8名(江陽地区、初めての方優先)  
資料代:500円  
持ち物:筆記用具  
申込期間:5月18日(月)~5月28日(木)



### 健康教室「チェアエクササイズ」 椅子に座って手足を動かそう

日時:6月8日(月) 10時~11時  
講師:廣谷 洋子氏  
定員:15名  
持ち物:運動靴、フェイスタオル、飲料水  
申込期間:5月18日(月)~6月5日(金)



### 防災講座 地域の防災について

日時:6月17日(水) 13時~15時  
講師:江陽地区自主防災会会長 田邊 隆氏  
定員:20名  
持ち物:飲料水  
申込期間:5月18日(月)~6月12日(金)



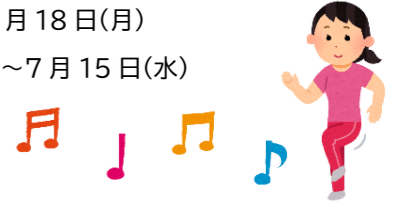
### 健康教室「チェアエクササイズ」 椅子に座って手足を動かそう

日時:7月6日(月)10時~11時  
講師:廣谷 洋子氏  
定員15名  
持ち物:運動靴、フェイスタオル、飲料水  
申込期間:5月18日(月)  
~7月3日(金)



### 体操教室 体軸&音楽にあわせて全身運動

日時:7月17日(金) 9時30分~11時30分  
講師:橘 舞氏  
定員:20名  
持ち物:ヨガマット、運動靴、フェイスタオル、飲料水  
申込期間:5月18日(月)  
~7月15日(水)



### マクラメ編み教室 スマホショルダー作り【全2回】

日時:7月21日(火)、28日(火) 9時~12時  
講師:関下 千佳子氏  
材料費:3,000円  
定員:6名  
持ち物:まち針6本、はさみ、メジャー、木工用ボンド、ウェットティッシュ  
申込期間:5月18日(月)~7月6日(月)  
※締切日までに色を選んで下さい(色見本あり)メーカーの在庫状況によりご希望に添えないこともあります

見本展示中



### 着物リメイク教室 着物をチュニックにリメイク(初心者向け)【全2回】

見本展示中

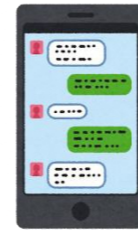
日時:6月19日(金)、26日(金) 9時~12時  
講師:関下 千佳子氏  
材料費:無料(型紙なし) ※手縫い  
定員:6名  
持ち物:裁縫道具、裁ちばさみ、メジャー、  
30cm定規、指ぬき、眼鏡(必要な方)  
反物またはハギレ4枚(35cm×1m)※洗ってアイロンをかける  
申込期間:5月18日(月)~6月12日(金)



### スマホ教室

#### 知っておくべき基礎知識

日時:7月1日(水) 10時~12時



#### 生活に役立つアプリの使用方法

日時:7月2日(木) 10時~12時



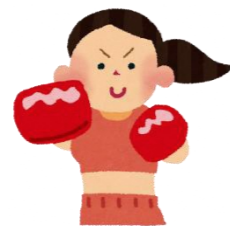
#### スマホのお悩み相談

日時:7月3日(金) 10時~12時

講師:みらいクリエイド 森 淑乃氏  
定員:各回8名  
持ち物:筆記用具、スマートフォン(フル充電)  
申込期間:5月18日(月)~6月22日(月)

### 体操教室 簡単エクササイズ~キックボクシング

日時:6月24日(水) 13時30分~14時30分  
講師:エスプロモ(株) 石鉢 満美子氏  
定員:15名  
持ち物:ヨガマット、運動靴、フェイスタオル、飲料水  
申込期間:5月18日(月)~6月22日(月)



## David Matthews 八戸トリオ 満員の観客を魅了したスペシャルライブ

世界で活躍されグラミー賞受賞など数多くの功績を残されている David Matthews さん、久保沢清吾さん(ベース)、相馬登さん(ドラム)をお迎えし、4月24日(金)江陽公民館で「スペシャル JAZZ ライブ~David Matthews 八戸トリオ」を開催しました。Matthewsさんのユーモアのある日本語の曲紹介を交え、演奏された3人のかけ合いの音楽は、この場でしか聞けない JAZZ の素晴らしさを会場に響き渡らせてくれました。初めて体験された方々でも、その雰囲気をも十分に味わっていただけたのではないのでしょうか。

このような素敵な機会をくださった、David Matthews 八戸トリオの皆様、関係者の皆様に心より感謝いたします。



町内会長さん、各班長さん、お忙しいところ恐れ入りますが回覧よろしくお願いたします。