

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

こうよう 公民館だより

第3号
令和8年7月6日発行
八戸市立江陽公民館
八戸市江陽二丁目18-34
☎45-4571

【8月・9月の講座案内】

7月21日(火)から募集開始

大正琴 大正琴をひいてみよう【全3回】

日 時：8月4日(火)、18日(火)、
25日(火) 11時～12時
講 師：類家 尚子 氏
定 員：12名
持ち物：筆記用具、ハンドタオル、飲料水
申込期間：7月21日(火)～7月31日(金)

整うカラダ 首こり・肩こり対策～筋膜リリース

日 時：8月31日(月) 10時～12時
講 師：向井 聡洋 氏
定 員：10名
持ち物：フォームローラー(ない方には貸し出しあり)、ヨガマット、汗拭きタオル、飲料水
申込期間：7月21日(火)～8月26日(水)

鑑賞会 名人の落語を聴こう(DVD)

日 時：9月4日(金) 10時～12時
講 師：公民館館長
定 員：20名
持ち物：飲料水
申込期間：7月21日(火)～9月2日(水)

体操教室 体軸&音楽にあわせて全身運動

日 時：9月18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、汗拭きタオル、飲料水
申込期間：7月21日(火)～9月16日(水)

刺繍教室 花刺繍のお薬手帳ケース作り【全2回】

日 時：8月21日(金)、28日(金)
9時～12時

講 師：寺井 嘉子 氏
材料費：1,000円
定 員：8名
持ち物：8～10cmの刺繍枠、普段お使いのお薬手帳(サイズ確認のため)、眼鏡(必要な方のみ)
※刺繍枠の無い方は貸出可能
申込期間：7月21日(火)～8月10日(月)



体操教室 簡単エクササイズ～キックボクシング

日 時：9月9日(水)
13時30分～14時30分
項 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、汗拭きタオル、飲料水
申込期間：7月21日(火)～9月7日(月)

Live in 江陽「南部弁講座」 トークライブ【南部昔ばなし】

日 時：9月11日(金) 10時～12時
講 師：柗谷 伸夫 氏
定 員：40名
持ち物：飲料水
申込期間：7月21日(火)～9月7日(月)

町内会長さん、班長さん、お忙しいところ恐れ入りますが回覧をお願いいたします。



昨年12月から地震が頻繁に起き、夜も落ち着いて眠れない日が続いたりしています。そんな中、「地域の防災について」という内容で防災講座を実施しました。

津波警報・大津波警報の違い。初動で開設される指定避難所、避難時は原則徒歩であることを知っているのに自動車避難で渋滞に遭ってしまうことなど改めて考えさせられる内容でした。



令和8年度 江陽公民館まつり開催のお知らせ

☆☆☆ 作品展示 ☆☆☆

9月26日(土) 11時～14時

- ・作品展示
- ・模擬店
- ・子ども広場コーナー
- ・健康コーナー
- ・フリーマーケット

○作品出展者 募集

(絵画、書道、手芸、工芸品、園芸など)
募集期間：7月21日(火)～9月11日(金)

○フリーマーケット出店者 募集

・手作り品(食品を除く)、家庭で不要になった衣類、雑貨など
・募集数 ー 7ブース(先着順)
(1ブース・駐車場1台分)
募集期間：7月21日(火)～9月11日(金)

出店希望の方は、「フリーマーケット出店申込書」を提出下さい。申込書は江陽公民館の窓口にあります。

詳しくは、江陽公民館へお問い合わせください。

☆☆☆ 芸能発表会 ☆☆☆

10月24日(土) 12時30分～15時

- ・自主クラブの発表
- ・地域有志の発表
- ・公民館利用者の発表

○ステージ出演者 募集

(ダンス、楽器演奏、歌、マジックなど)
出演時間10分程度
募集期間：7月21日(火)～10月9日(金)



熱中症対策(3つが基本)



- ◆ 暑さを避ける
- ◆ 水分・塩分の補給
- ◆ 体調管理の徹底



八戸市青少年生活指導協議会連合会表彰

去る6月26日(金) 八戸プラザホテルで開催された八戸市青少年健全育成関係団体懇親会の席上で、江陽地区青少年生活指導協議会の、和泉 鉄美さんが栄誉を受けられました。おめでとうございます。

