

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 4 号
令和 7 年 10 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

【11月・12月の講座案内】

.....10月20日(月)から受付開始.....

パーソナルカラー教室

自分に合う色を見つけよう

日 時:11月6日(木) 10時~12時

講 師:浅川 ふさこ氏

資料代:500円

定 員:10名

持ち物:筆記用具

申込期間:10月20日(月)~11月4日(火)



カラーアドバイスあり
(1人、5分程度)

リース作り教室

ビオラのリースを作ろう

日 時:11月14日(金) 10時~12時

講 師:梅森 敦子氏

定 員:10名

材料費:2000円

持ち物:エプロン

申込期間:10月20日(月)~11月7日(金)



パソコン教室

WORDの基礎を学ぶ／画像の編集

日 時:11月19日(木)、20日(木)、21日(金) 【3日間】
9時45分~11時45分

講 師:山道 光子氏

定 員:7名

持ち物:筆記用具、USBメモリー

申込期間:10月20日(月)~11月12日(水)



体操教室

体軸~体のバランスを整えよう

日 時:①11月26日(水) 13時30分~14時30分
②12月17日(水) //

講 師:橘 舞氏

定 員:各回20名

持ち物:ヨガマット、飲料水、汗拭きタオル

申込期間:10月20日(月)~開催日前日



パン作り教室

パン作りを楽しもう

日 時:11月28日(金) 9時~12時

講 師:菅野 泰明氏

材料費:1200円

定 員:12名

持ち物:エプロン、三角巾、手拭きタオル

申込期間:10月20日(月)~11月21日(金)



【メニュー】

・クロワッサン
・ツナフランス
・マロンパン
・くるみパン
・ラスク

健康教室

転倒防止体操

日 時:12月1日(月) 10時~12時

講 師:関下 和彦氏

定 員:20名

持ち物:ヨガマット、運動靴、飲料水、
汗拭きタオル

申込期間:10月20日(月)~11月28日(金)



ヘッドマッサージ教室

ヘッドマッサージで美髪

&お顔のたるみ改善

日 時:12月8日(月) 10時~12時

講 師:小田桐 瑞恵氏(アルソアデフィ)

定 員:10名

持ち物:顔が映るサイズの置き鏡

申込期間:10月20日(月)~12月4日(水)



クラフトバンド教室

しめ飾り作り

※見本展示中

日 時:12月16日(火) 9時30分~11時30分

講 師:和嶋 和家子氏

材料費:1300円

定 員:10名

持ち物:なし(汚れてもいい服装で)

申込期間:10月20日(月)~12月9日(火)



Live In 江陽

クリスマスコンサート「ゴスペル」



日 時:12月19日(金) 10時~11時

講 師:Lotta Voices

(大久保 浩子氏、竹井 和歌子氏、力石 友紀子氏)

定 員:40名

持ち物:水分補給用の飲み物

申込期間:10月20日(月)~12月17日(水)



フラワーアレンジメント教室

お正月花

※去年の作品

日 時:12月26日(金) 10時~12時

講 師:山田 英輔氏(milcah)

材料費:3500円

定 員:10名

持ち物:花切りばさみ、持ち帰り用袋

申込期間:10月20日(月)~12月19日(金)



八戸市総合防災訓練 実施

防災対策の強化、地域住民の防災意識の高揚を図る目的で毎年実施されている八戸市総合防災訓練が、今年は江陽・小中野北部地区対象で9月27日(土)に行われました。大規模地震・大津波の発生を想定し、地域住民や小・中学校の生徒等大勢が参加しました。自衛隊や協力団体による「瓦礫等からの救助・救出訓練」、市内医療機関等による「多数傷病者への対応訓練」、東消防署による「高層階からの救助・救出訓練」、電気・ガス・水道事業者による「ライフライン復旧訓練」、自衛隊等による「特殊車両の展示」、ドクターヘリによる「重傷者の緊急搬送訓練」、「防災戦士ダッシュ119による防災教育」、「防災備蓄品の組み立てや展示」、「地震体験車・煙体験ハウスによる体験訓練」及び「炊き出し訓練」などが行われました。



地震体験車・煙体験ハウス



救護所



特殊車両の展示



瓦礫等からの救助・救出訓練



炊き出し



高層階からの救助・救出訓練

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願いいたします。