公民館は
仲間作りの場です。
学習・文化活動の場です。
まちづくりの拠点です。
そして皆さんが支えていく機関です。

しおさい

発　行
八戸市鮫町字棚久保１４－４８
八戸市立　南浜公民館
電話　３９－３０３６

新年度のスタートに向けて

旧年度中は、公民館の各種事業に温かいご支援とご協力を賜り、心より御礼申し上げます。おかげ様で令和７年度の公民館活動を無事終えることが出来ました。新年度も、より多くの地域の皆様にご参加いただきたく、新講座も加え、様々な公民館講座を準備しております。また、昨年も大いに盛り上がりました『種差海岸観光まつり』も今年は60回を迎えることになり、開催に向け実行委員会の皆様とともに準備を進めております。本年度も地域の皆様のご支援、ご協力の程よろしくお願い申し上げます。

南浜公民館　職員一同

４～６月　公民館講座のご案内

3B体操

～健康寿命を延ばそう～

４月10日(金)
５月　８日(金)　10～12時
６月12日(金)
場所　南浜公民館　ホール
講師　板橋　ユキ子　氏
持ち物　室内用運動靴
タオル、飲み物

郷土料理教室

～豆しとぎを作ってみよう～

４月20日（月）
10時～12時
場所　南浜公民館　調理室
講師　岩渕　修一　氏
材料費　700円
持ち物　エプロン、三角巾
持ちかえり用容器

歴史ふるさとウォーク

～吉田初三郎と種差～

４月28日(火)
10時～11時
場所　南浜公民館～種差海岸駅
講師　柳沢　卓美　氏

ヨガ教室

～はじめてさんのヨガ入門～

５月30日(土)
10時～12時
場所　南浜公民館　ホール
または芝生
講師　吉田　加奈子　氏
持ち物　タオル、飲み物、ヨガマット
(大判バスタオルでも可)

スマホ教室

～基本操作を学ぼう～

５月25日(月)
26日(火)　10-12時
27日(水)
場所　南浜公民館　和室
講師　IT事業センターはちのへ
材料費　200円
持ち物　スマホ、充電器
※スマホは充電してきて下さい
※3日間、すべての受講ができる方
※メールアドレスやパスワードが
お分かりになる方

移動教室

～盛岡の魅力を探ろう～

５月28日(木)
9～16時
場所　南浜公民館～盛岡
講師　公民館　館長
費用　1800円

9:00　南浜
10:45　もりおか歴史文化館・城跡・桜山神社
12:30　アートホテル盛岡　昼食
13:30　あさ開　酒蔵見学
16:00　南浜

一文字アート

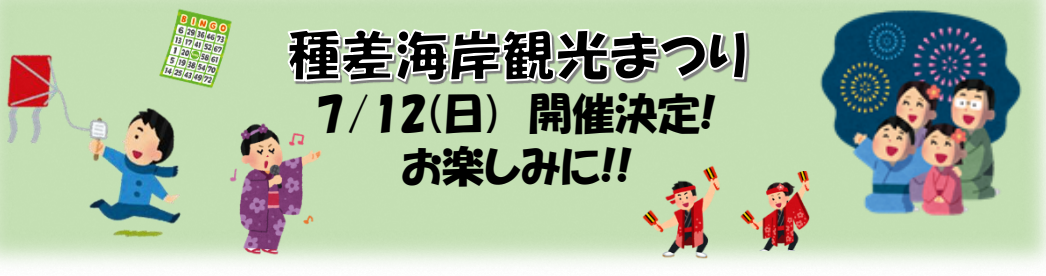
～好きな漢字を書いて作品を作ろう～

６月６日(土)
10時～12時
場所　南浜公民館　和室
講師　心象書家　蘭友　氏
材料費　800円
持ち物　お持ちの方は筆

◆◆ 職員が変わりました ◆◆

【退任のあいさつ】
この度、令和7年12月31日で南浜公民館を退職することになりました。短い間でしたが南浜地区の皆様には大変お世話になりました。ありがとうございました。　主事　神子沢智美

【新任のあいさつ】
１月から南浜公民館で勤務する事になりました中村と申します。地元の皆様のお役にたてるよう精一杯頑張りたいと思います。よろしくお願いいたします。　主事　中村恵美子



寄贈御礼

連合町内会会長　二部譽嗣様より
『アンプ・ラジカセ・DVDプレーヤー』
を公民館に寄贈して頂きました。
ありがとうございました。

※町内会長さん、班長さん、お忙しいところ大変恐縮ですが各戸にご配布下さいますようお願い致します。

令和８年度　南浜公民館　講座一覧表

講座内容	日程	時間	講師	材料費	材料費 / 持ち物等	場所
３Ｂ体操	4月10日(金) 5月　8日(金) 6月12日(金)	10時～12時	板橋　ユキ子　氏	無料	中ズック・タオル・飲み物	ホール
健康体操	4月16日(木)	10時～12時	小西池　郁子　氏	無料	中ズック・タオル・飲み物	深久保生活館
郷土料理教室 豆しとぎを作ってみよう	4月20日(月)	10時～12時	岩渕　修一　氏	700円	エプロン・三角巾・ 持ち帰り用容器	調理室
歴史ふるさとウォーク 吉田初三郎と種差	4月28日(火)	10時～11時	柳沢　卓美　氏	無料		公民館
料理教室 体よろこぶおうちごはん	5月12日(火)	10時～12時	松本　圭央里　氏	1100円	エプロン・三角巾・ 持ち帰り用容器	深久保生活館
スマホ教室 基本操作を学ぼう ※６名限定/3日間受講必須	5月25日(月) 5月26日(火) 5月27日(水)	10時～12時	IT事業センター はちのへ	200円	自分のスマホ・充電器 ※充電してある事 ※IDとパスワードがわかる事	和室
移動教室 盛岡の魅力を探ろう	5月28日(木)	9時～16時	公民館館長	1800円		盛岡市内
ヨガ教室 はじめてさんのヨガ入門	5月30日(土)	10時～12時	吉田　加奈子　氏	無料	ヨガマット、タオル、飲み物 (大判バスタオルでも可)	ホールまたは 芝生
一文字アート 好きな漢字で作品を作ろう	6月 6日(土)	10時～12時	心象書家　蘭友　氏	800円	お持ちの方は筆	和室
輪踊り教室 観光まつりに向けて	6月24日(水) 7月 1日(水)	19時～21時	種差海岸観光まつり もりあげよう会	無料	中ズック・タオル・飲み物	ホール
子どもクッキング かんたんおやつ	7月18日(土)	10時～12時	八戸市食生活改善 推進協議会	100円	エプロン・三角巾・ 持ち帰り用容器	調理室
音楽を楽しもう サンバの打楽器を演奏	7月28日(火)	10時～12時	久保　知冬　氏	無料	中ズック・タオル・飲み物 中学生以下対象	ホール
ヒップホップダンス	8月 6日(木)	10時～11時	ダンススタジオ ワンムーブ	無料	中ズック・タオル・飲み物	南浜児童館
空き家発生　予防セミナー	8月25日(火)	10時～11時	八戸市都市政策課	無料	筆記用具	和室
ミニミニ水族館	9月 8日(火)	10時～11時	八戸市水産科学館 マリエント	無料		おおくき こども園
アクセサリー教室 ブレスレットを作ろう	9月10日(木)	10時～12時	工藤　洋子　氏	1000～ 1500円	干支有1500円 干支無1000円	和室
秋のフラダンス	9月12日(土) 9月26日(土)	14時～15時	三沢綜合 チャームスクール	無料	中ズック・タオル・飲み物	ホールまたは 芝生
減塩料理で健康になろう	9月17日(木)	10時～13時	八戸市食生活改善 推進協議会	600円	エプロン・三角巾・ 持ち帰り用容器	調理室
シフォンケーキ作り	9月27日(日)	10時～12時	磯島　牧子　氏	無料		白浜生活 センター
スマホ教室 キャッシュレス決済 ※６名限定/3日間受講必須	10月 5日(月) 10月 6日(火) 10月 7日(水)	10時～12時	IT事業センター はちのへ	200円	自分のスマホ・充電器 ※充電してある事 ※IDとパスワードがわかる事	和室 鮫町ローソン
ケーキ作り	10月 8日(木)	9:30～12:30	志村　一雄　氏	1500～ 1700円	エプロン・ 三角巾・持ち帰り用容器	調理室
和菓子作り 上生菓子	10月16日(金)	10時～12時	㈲菓子処丸美屋	700円	エプロン・三角巾・ 持ち帰り用容器	南浜の家 くじら
健康体操	10月25日(日)	10時～12時	小西池　郁子　氏	無料	中ズック・タオル・飲み物	白浜生活 センター
編み物教室 かぎ針でぼうし	11月 2日(月) 11月 9日(月)	13時～15時	深川　喜美代　氏	1000円	かぎ針	和室
キッズ体操	11月19日(木)	10時～12時	小西池　郁子　氏	無料		おおくき こども園
そば打ち教室	11月24日(火) 11月30日(月)	10時～12時	岩渕　修一　氏	800円	※アレルギー不可	調理室
健康体操	11月26日(木)	10時～12時	小西池　郁子　氏	無料	中ズック・タオル・飲み物	和室
韓国料理教室 キムチたねとカクテキ	12月 2日(水)	10時～12時	金本　良枝　氏	1100～ 1200円	エプロン・三角巾・持ち帰り用 容器	調理室
和菓子作り 桜もちと上生菓子	12月10日(木)	10時～12時	㈲菓子処丸美屋	900～ 1000円	エプロン・三角巾・持ち帰り用 容器	調理室

※受講料は無料ですが、材料費は各自負担となります。
※お申込み･お問い合わせは南浜公民館<39-3036>までお願いします。
※都合により、日程･内容などが変更になる場合もございますので、必ず公民館にお問い合わせ下さい。