

公民館は
□ 学習・文化活動の場です。
□ 地域住民の親睦・交流の場です。
□ 地域の活力を生み出し、町づくりの拠点です。

みなと

八戸市立湊公民館

八戸市湊町中道64の7
電話 33-4411

湊公民館まつい

～心健やか 元気はつらつ 公民館～

10月11日(土)～12日(日)

10時～15時(作品展示は9時～16時)

(作品展示)

場所：ホール 9:00～16:00

- ・公民館講座作品・自主クラブ作品
 - ・一般作品(地域の方他)
 - ・自主クラブ・愛好会活動風景の動画上映
 - ・湊小・青潮小の児童作品
 - ・みなと保育園、ひまわり保育園年長児のおじいちゃんおばあちゃんの似顔絵
- 一般の方々の展示作品を募集します。
ご希望の方は、9月26日(金)までに湊公民館まで 33-4411

(健康教室)

場所：2F会議室

11日(土) 10:00～15:00

(内容)

- ・体脂肪率・筋肉量・内臓脂肪・骨量測定
- ・健康相談・介護相談など

主催 市役所健康づくり推進課
湊地区健康づくり推進協議会

(お茶席)

場所：和室(小)

11日(土) 10:00～13:00

クラブ員が少なくなり少し大変ですが、皆さんに喜んでもらえればと思います。

前売り券公民館事務室にて
販売しています。

お菓子付き 300円
お待ちしております

(子ども広場)

場所：2F会議室

12日(日) 10:00～15:00

- ・くじ引きコーナー
- ・モルック体験コーナー

(グラウンドゴルフ大会)

場所：湊小学校校庭

11日(土) 8:30～12:00

毎年たくさんの方に参加いただいています。
1位～6位の方はもちろん、参加賞・ホールインワン賞・ブービー賞などたくさんの賞をご用意しています。初めての方でも大丈夫。ご近所の方お誘いあわせの上ご参加ください。

参加費は400円

10月3日(金)までに参加費を添えて
公民館にお申し込みください

(食堂) 場所：和室(大)

11日(土) 10:00～15:00

12日(日) 10:00～15:00

【メニュー】



	前売り券	当日券
うどん	270円	300円
そば	270円	300円
コーヒー	100円	100円
ジュース	100円	100円

前売り券を購入する方は10月3日(金)までに公民館事務室にて販売いたします。

(売店) 場所：1F廊下

パン各種・団子
クッキー各種
駄菓子各種



みんな～遊びにおいで～

(子どもイベントコーナー)

湊えんぶりの皆さんのコーナー

11日(土) 10時～16時

水ヨーヨーつり
射的

12日(日) 10時～16時

スーパーボールすくい
プラバンキーホルダー作り

ホール
12日(日) 11時～
けん玉大会

ホール
12日(日) 13時～
とんとん
相撲大会

ハロウィン
顔出しパネル
写真撮影どうぞ!

1F売店で駄菓子も売ってるよ

※車でお越しの方は、小学校校庭をご利用ください。

皆さんのお越しをお待ちしております

町内会長さん・班長さん大変恐縮ですが、配布よろしくお願いいたします。



10月・11月・12月の講座案内



講座のお申し込みは湊公民館にお電話下さい。☎33-4411

高齢者教室

懐かしい映画を楽しみましょう
上映作品：カサブランカ

無料です

日時 10月2日(木)
10時～12時

どなたでもご覧になれます。お誘いあわせの上
お越しください。



追加の講座です！ いすストレッチ教室

日時 10月16日(木)・30日(木)
10時～12時

参加費 無料
持ち物 スック・飲み物・動きやすい服装
講師 小西池 郁子先生



料理教室（和食）

日時 11月17日(月)
10時～13時

材料費 未定
持ち物 エプロン・三角巾
講師 八戸プラザホテル
須田 忠幸先生
お正月料理を作ります



高齢者教室

ハーモニカ演奏鑑賞会

無料です

日時 11月6日(木)
10時～11時

吉！福三」の皆さんによるハーモニカの
演奏会です。どなたでもご覧になれます。
お誘いあわせの上お越しください。



スマホ教室①

スマホ教室②

日時 10月27日(月) 11月10日(月)
28日(火) 11日(火)
10時～12時



参加費 無料
持ち物 自分のスマホ・筆記用具
講師 IT事業センター八戸

フラワーアレンジメント教室

日時 12月26日(金)
10時～12時

材料費 2,500円くらい
持ち物 花切りばさみ・持ち帰り用袋
講師 タカティ生花店 高橋 正彦先生

お正月花のアレンジです

パソコン教室

日時 12月1日(月)・2日(火)・3日(水)・4日(木)
10時～12時

参加費 無料
講師 IT事業センターはちのへ



今年も大盛況だった夏休み子ども講座

夏休みの子ども講座が暑い中行われました。今年もたくさんの申し込みがあり、
活気あふれる講座となりました。

工作教室



樹脂粘土でランタンを作りました

親子料理教室



米粉でランチボックスを作りました



レジン教室



レジンでキーホルダーを作りました



将棋教室



将棋の基礎から教えてもらいました



湊区民運動会

湊地区区民運動会が9月7日(日)午前中に行われました。
途中雨が降ったりしましたが、最後までみなさんががんばりました。
さて結果は



1位・・・上中道町内会
2位・・・永楽町町内会
3位・・・第一久保町内会



参加された地域
の方・大会運営の
の方々お疲れ様で
した

湊・白銀高齢者支援センター 「えがお」よりお知らせ

令和6年度介護予防教室

日時：9月24日(水曜日) 10時～11時

テーマ：姿勢改善のためのストレッチ

講師：メディカルコート八戸西病院

理学療法士 中畑柊哉先生

場所：湊公民館 ホール

※事前に申し込みをお願いします。

(電話38-1328) まで



◎公民館からお知らせ

・協力会でシュレッターとカッターを
買っていただきました。
大切に使用させていただきます。



・かさ・めがね等の忘れ物が届いています。
心当たりのある方は事務室までご連絡
ください。



パソコン教室（初心者・経験者）



プログラミングを習って簡単ゲーム作りに挑戦しました

作品は、10月に行われる「湊公民館まつり」に展示しますので、子ども
たちの頑張りを見ていただきたいと思います。

暑い中参加していただきありがとうございました