

公民館は

- 学習・文化活動の場です。
- 地域住民親睦や親交の場です。
- 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

また、楽しいひと時を！



厳しい寒さの冬が続きましたが、すっかり春風の心地よい季節になりました。今年は、桜の開花も早くなりそうで、満開の桜をみるのが今から楽しみです。

さて、新型コロナウイルス感染症も少し落ち着き、だんだん元の生活に戻り始めています。公民館も3月13日から感染症対策が緩和され、マスクの着用や飲食について変更になりましたが、まだまだ基本的な感染予防対策は継続となっていますのでご協力をお願いいたします。

今年も公民館講座が始まります。4月17日(月)のマリンバ演奏会を皮切りに41の講座を計画いたしました。多彩な講座を準備しましたので、是非たくさんおいていただきたいと願っております。どの講座も募集人数が限られておりますので、お早めにご連絡いただければと思います。

今年度も職員一同、公民館ご利用者の皆様が楽しいひと時を過ごせるように励んでまいりたいと考えております。よろしくお願い申し上げます。

館長 大久保 伸夫



公民館利用時のマスク着用等の取扱い変更について

令和5年3月13日(月)から変更になっています。

基本的な感染対策は引き続き励行していくこととなりますが、マスクの着用について変更があります。

【変更点】

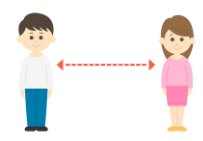
- 1, **マスクの着用は個人の判断となります。**
- 2, **公民館での飲食が可能**となります。
飲食を伴う活動や懇親会も可能としますが、その際は利用する団体の活動内容に応じた感染対策を踏まえた判断を、各自で行うよう引き続きお願いします。
- 3, **基本的な感染対策(手指の消毒・人との間隔・換気)**は引き続きよろしくお願い致します。



手指消毒



換気



人との間隔をあける

4月・5月の講座

講座のお申し込みは湊公民館まで TEL33-4411

マリンバ演奏会

~マリンバの音色を楽しみましょう~

日時:4月17日(月)
10時~12時

講師:八戸 敦
参加費:無料



春の体操教室

~タオル簡単ストレッチで筋力アップ~

日時:4月19日(水)
4月26日(水)
10時~12時

講師:武部 貴子
参加費:無料

持ち物:中ズック
汗拭きタオル
動きやすい服装



フラワーアレンジメント教室

~春のお花を身近な入れ物でアレンジ~

日時:4月21日(金)
10時~12時

講師:高橋 正彦
材料費:1,500円
持ち物:花切りハサミ他



料理教室

~カロリー控えめのヘルシー料理~

日時:4月28日(金)
10時~12時

講師:奥山 綾乃
材料費:1,000円
持ち物:エプロン
三角巾
中ズック



ラージボール教室

~少し大きめの卓球ボールで試合を楽しみましょう~

日時:4月25日(火)
5月16日(火)
6月13日(火)
7月4日(火)
13時~15時

講師:大久保館長
参加費:無料

持ち物:中ズック
動きやすい服装
ラケット(ない人は貸し出します)



裂織教室

~ボードで織る裂織に挑戦!~

日時:5月8日(月)
5月15日(月)
5月19日(金)
9時~12時

講師:大橋 陽子
材料費:未定
持ち物:未定



トールペイント教室

~雑貨をステンシルでペイントしましょう~

日時:5月9日(火)
5月16日(火)
5月23日(火)
5月30日(火)
10時~12時

講師:西久保 真美
材料費:1,000円~2,200円
持ち物:使い古しのタオル
牛乳パックを開いたもの・水入れ

見本あります。
4種類の中からお選びください。

からだの学校

~慢性痛の原因を知り改善しましょう~

日時:5月12日(金)~
12月8日(金)まで
毎月1回 計7回
詳しい日程は裏面をご覧ください
10時~12時

参加費:無料
講師:向井 聡洋
持ち物:ヨガマット又はバスタオル・飲み物

パッチワーク教室

~バッグを作りましょう~

日時:5月15日(月)
5月22日(月)
6月5日(月)
6月12日(月)
10時~12時

講師:田中 みどり
材料費:未定
持ち物:裁縫道具



スクラッチアート教室

~スクラッチアートに挑戦~

日時:5月17日(水)
5月24日(水)
5月31日(水)
10時~12時

講師:武部 真紀子
材料費:500円
持ち物:特になし

※スクラッチとは、削る塗り絵のことです



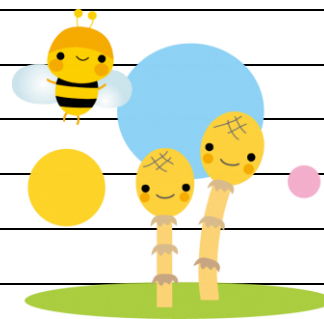
町内会長さん・班長さん大変恐縮ですが、各戸にご配布下さいますようお願いいたします。





	講座名	講座日	人数	時間
4月	マリンバ演奏会	4/17 (月)	20	10:00~12:00
	春の体操教室	4/19 (水)・4/26 (水)	16	10:00~12:00
	フラワーアレンジメント教室	4/21 (金)	10	10:00~12:00
	ラージボール教室	4/25 (火)・5/16 (火)・6/13 (火)・7/4 (火)	12	13:00~15:00
	料理教室 (カロリー控えめヘルシー料理)	4/28 (金)	12	10:00~12:00
5月	裂織教室	5/8 (月)・5/15 (月)・5/19 (金)	8	9:00~12:00
	トールペイント教室	5/9 (火)・5/16 (火)・5/23 (火)・5/30 (火)	10	10:00~12:00
	からだの学校	5/12 (金)・6/9 (金)・7/14 (金)・9/8 (金)・10/13 (金)・11/10 (金)・12/8 (金)	10	10:00~12:00
	パッチワーク教室	5/15 (月)・5/22 (月)・6/5 (月)・6/12 (月)	10	10:00~12:00
	スクラッチアート教室	5/17 (水)・5/24 (水)・5/31 (水)	10	10:00~12:00
6月	エコクラフト教室	6/2 (金)・6/9 (金)・6/16 (金)・6/23 (金)・6/30 (金)	10	10:00~12:00
	寄せ植え教室	6/6 (火)	20	10:00~12:00
	三味線教室	6/7(水) 13時~15時・6/14(水) 13時~14時 6/21(水) 13時~14時・6/28(水) 13時~15時	6	※日によって違います 左記参照
	くるみ絵教室	6/22 (木)・6/29 (木)	6	10:00~12:00
	ラペリスフラワー教室	6/19 (月)・6/26 (月)・7/3 (月)・7/10 (月)・7/18 (火)	10	10:00~12:00
7月	講話「湊ぶらり旅」	7/28 (金)	20	10:00~12:00
9月	料理教室 (おもてなし中華オードブル)	9/1 (金)	12	9:00~12:00
	ブリザーブドフラワー教室	9/11(月)	10	10:00~12:00
	組子細工教室	9/19 (火)・9/26 (火)	10	10:00~12:00
	ステンドグラス教室	9/25 (月)	5	9:00~12:00
	ミニ盆栽教室	9/29 (金)	10	10:00~12:00
10月	ケーキ作り教室	10/25 (水)	10	9:30~12:30
11月	パソコン教室	11/6 (月)・11/7 (火)・11/8 (水)・11/9 (木)・11/10 (金)	10	10:00~12:00
12月	スマホ教室	12/11 (月)・12/12 (火)	6	10:00~12:00
	フラワーアレンジメント教室	12/26 (火)	10	10:00~12:00
1月	モルタル雑貨教室	1/20 (土)	8	13:00~16:00
子ども講座	子ども和菓子作り教室	7/26 (水)	12	10:00~12:00
	子どもアート教室	7/27 (木)	10	10:00~12:00
	子ども粘土教室	7/31 (月)	10	10:00~12:00
	子どもパン作り教室	8/4 (金)	10	10:00~12:00
	子どもパソコン教室① (1~3年)	8/7 (月)・8/8 (火)	10	10:00~12:00
	子どもパソコン教室② (4~6年)	8/9 (水)・8/10 (木)	10	10:00~12:00
	子ども映画会 (場所湊児童館)	12/22 (金)	30	14:00~16:00
	子どもけん玉教室 (場所湊児童館)	1/5 (金)	30	10:00~12:00
	子ども将棋教室	1/9 (火)・1/10 (水)	10	10:00~12:00

講座の受講料は無料ですが材料費は実費となります



◎浜通り高齢者教室

申し込みは締め切りは、4月28日(金)ですが、いつでも受け付けています。
(学習計画) ※8月はお休みです。

◎今年も、湊だけで活動しますが、鮫・白銀で行う内容も興味のある方は参加できます。
◎会費は、無料です。(材料費がかかる場合のみ集金いたします)
◎時間は午前10時~12時です。(11月は、10時~11時です)
◎開講式は、5月18日(木)湊公民館です。



5月18日(木)	講演「絵図からたどる八戸の歴史」	9月14日(木)	実技「スポーツ吹き矢に挑戦！」
6月 8日(木)	鑑賞「なつかしい映画を楽しみましょう」	10月 5日(木)	講演「目指そう 健康寿命でプラス5年」
7月13日(木)	実技「暑さに負けない体を作しましょう」	11月 2日(木)	鑑賞「踊りと三味線の演奏会」

(講座に参加する方へお願い)

講座当日は体調確認をしてからご来館下さい。少しでも体調の悪い場合は参加をお見送り下さい。
来館時は、手指消毒にご協力お願いします。また、各自水分補給用の飲み物をお持ち下さい。
※新型コロナウイルス感染予防の措置のため、延期又は中止になる場合がありますのでご了承下さい。



* 講座に関する詳細・お申し込みは、湊公民館 TEL 33-4411 まで ~定員になり次第締め切ります~