


公民館は 仲間作りの場 学習・自主活動の場 町づくりの場です。	<b>根城</b> <h1>公民館だより</h1>	編集・発行 八戸市立根城公民館 八戸市根城三丁目 11-22 TEL 44-6927
--	------------------------------	---


3月13日より  
**感染症対策変更です!**



活動内容に応じた感染対策の取組みや、感染状況を踏まえたマスク着用の判断は各自で行って下さい。

**マスクの着用は個人の判断で**

**公民館での飲食はOK!**



換気・手指消毒・適切な距離と声量を踏まえた上での活動、懇親会をお願いします。

**基本的な感染対策は継続中です。**

**令和5年度スタート**  
 よろしくお願ひします

今年度は桜の開花が観測史上最速の報道が多く、入学式時期の桜が八戸でも見られるようですが、皆様いかがお過ごしでしょうか。新年度の公民館活動がスタートしました。

今年度の講座は、従来の人気講座に加え小学生のリズムダンスや、青春歌謡と南部昔っことなど幅広い年代の方々に楽しんでいただける内容です。裏面に年間計画を掲載しましたのでご覧下さい。

国の「新型コロナウイルス感染症対策の基本的対処方針」が変更されそれに伴い、三月十三日より「マスクの着用は個人の判断」「公民館での飲食が可能」となりました。但し、三密の回避・手洗い等の手指衛生・換気など、基本的な感染予防対策は継続中です。

飲食を伴う活動が可能となり、益々利用し易くなりましたので、より多くの皆様のご来館をお待ち申し上げます。

八戸市立根城公民館  
 館長 西館 尚美  
 職員一同

公民館の講座や自主クラブ、公民館だよりなどはホームページで検索出来ます。

八戸市 根城公民館

## 5月～6月の講座案内

コロナ感染状況により中止となる場合があります。ご了承ください。

赤ちゃんと一緒に  
**スキンシップ体操**  
**5/15(月)6/19(月)**  
**13:00～14:00**  
 \*講師 川口太陽 先生  
 \*定員 20組 \*参加費 無料  
 \*持ち物 バスタオル、他

救命救急教室  
**AEDの使い方を学ぼう**  
**6/1(木)**  
**9:30～12:30**  
 \*講師 八戸消防署 根城分遣所  
 \*定員 30名 \*参加費 無料  
 \*持ち物 筆記用具

スマホ教室  
**スマホの使い方入門編**  
**6/15(木)、6/16(金)**  
**10:00～12:00**  
 \*講師 ワラビノーツ代表 藤加奈子 先生  
 \*定員 6名 \*参加費 無料  
 \*持ち物 筆記用具

ウルスラ出前講座  
**ふれあいコンサート**  
**6/17(土)**  
**14:00～15:00**  
 \*出演 音楽科の皆さん  
 \*定員 40名  
 \*参加費 無料

リフォームソーイング  
**フラウスジャケットを作ろう**  
**6/20(火)、6/27(火)**  
**9:30～12:30**  
 \*講師 佐藤千鶴子 先生  
 \*定員 10名 \*材料費 350円  
 \*持ち物 裁縫道具、筆記用具、他

健康マーじゃん  
**初心者のための脳トレマーじゃん**  
**6/21(水)、6/22(木)、6/28(水)**  
**13:00～16:00**  
 \*講師 音喜多彰治 先生  
 \*定員 20名 \*参加費 無料  
 \*持ち物 なし

郷土料理教室  
**陽活ヘルシーところてん作り**  
**6/23(金)**  
**9:30～12:30**  
 \*講師 山本康子 先生  
 \*定員 12名 \*材料費 800円  
 \*持ち物 170㍓、三角巾、洗濯ネット、持帰り容器(大)、筆記用具

元気・健康教室  
**フェイスタオルストレッチ**  
**6/28(水)**  
**14:00～15:00**  
 \*講師 武部貴子 先生  
 \*定員 10名 \*参加費 無料  
 \*持ち物 タオル、水分補給、他

**根城青年学級** (未婚男女 45歳未満)  
**6/14～11/22** (第2、第4水曜日)  
**19:00～21:00** 頃まで  
 \*定員 30名  
 \*受付期間 4/17(月)～5/19(金)  
 申込書をご覧ください  
 詳細は公民館まで

裏面「令和5年度 年間講座予定表」もご覧下さい。  
 3か月前より申込みができます。(事前申込みが必要です) 根城公民館 44-6927

5月

内容	日	曜	時間	対象
赤ちゃんと一緒にスキンシップ体操	15	月	13:00~14:00	母子

6月

内容	日	曜	時間	対象
救命救急教室(AED講習会)	1	木	9:30~12:30	一般
青年学級 開講式 一般公開講座 記念講演「今を生きる」中島 美華氏	14	水	19:00~21:00	根青学 一般
スマホの使い方 入門編	15 16	木 金	10:00~12:00	一般
ウルスラふれあいコンサート	17	土	14:00~15:00	一般
赤ちゃんと一緒にスキンシップ体操	19	月	13:00~14:00	母子
ソーイング・ブラウスジャケット	20 27	火	9:30~12:30	女性
初心者のための脳トレ マージャン	21 22	水 木	13:00~16:00	一般
腸活ヘルシーとろてん作り	23	金	9:30~12:30	一般
元気・健康教室	28	水	14:00~15:00	一般

7月

内容	日	曜	時間	対象
古着を利用し布ぞうり作り	3	月	10:00~15:00	一般
ソーイング・ブラウスジャケット	4 11	火	9:30~12:30	女性
ワンコイン料理	7	金	10:00~12:00	一般
紙芝居とお話し	8	土	10:00~12:00	小学生
元気・健康教室	10	月	10:30~11:30	一般
スポーツウェルネス吹矢	14	金	13:00~15:00	一般
ターゲットポッチャにチャレンジ	21	金	13:00~15:00	一般
リズムに合わせて楽しくダンス	25	火	10:30~11:30	小学生
自分で漬けるおいしい梅漬け	26	水	10:00~12:00	一般
夏休み小学生お習字教室	28	金	10:00~12:00	小学生

8月

内容	日	曜	時間	対象
体芯力体操	1	火	10:00~12:00	一般
リズムに合わせて楽しくダンス	2	水	10:30~11:30	小学生
子ども手作り教室	3	木	10:30~11:30	小学生
赤ちゃんと一緒にスキンシップ体操	21	月	13:00~14:00	母子

9月

【保存版】

内容	日	曜	時間	対象
体芯力体操	5	火	10:00~12:00	一般
編み物教室	7 14 21	木 木 木	10:00~12:00	女性
料理教室・行楽弁当を作ろう	12	火	9:30~12:30	一般
スマホ教室 LINE・カメラ機能	19	火	9:30~12:30	一般
アルコールインクで素敵なアート	27	水	13:00~15:00	一般

10月

内容	日	曜	時間	対象
スマホ教室	2 3	月 火	10:00~12:00	一般
プリザーブドフラワーアレンジ教室	6	金	13:30~15:30	女性
サバの味噌煮を基本から	13	金	9:00~13:00	一般
寄せ植え教室	17	火	10:00~12:00	一般
根城青年学級・一般公開講座 「マネー教室」お金のはなし	25	水	19:00~21:00	根青学 一般

11月

内容	日	曜	時間	対象
ねじょう男塾・男の料理	2	木	13:00~16:00	男性
ターゲットポッチャにチャレンジ	7	火	13:00~15:00	一般
青春歌謡と南部昔っこ	13	月	13:00~15:00	一般
パソコン講座・年賀状作り	16 17	木 金	13:00~16:00	一般
紙芝居とお話し	18	土	10:00~12:00	小学生
元気・健康教室	22	水	14:00~15:00	一般

12月

内容	日	曜	時間	対象
ねじょう男塾・青竹ピクス	4	月	13:30~15:30	男性
ワンコイン料理	12	火	10:00~12:00	一般
はちのへ郷土かるた	24	日	9:00~12:00	小学生
リズムに合わせて楽しくダンス	25	月	10:30~11:30	小学生

1月

内容	日	曜	時間	対象
子ども手作り教室	10	水	10:00~12:00	小学生
リズムに合わせて楽しくダンス	12	金	10:30~11:30	小学生

☆根城公民館文化祭☆



10月28日(土)  
10月29日(日)

◆お申し込み・お問い合わせ◇根城公民館 44-6927◆

※講座詳細は1ヶ月前ぐらいに館内掲示板に掲示いたします。  
※都合により日程を変更する場合があります 了承願います。

◎合同キャンプ



10月8日(日)~9日(月)