

民館は
★ 生涯の学習の場
★ 仲間づくりの場
★ 地域づくりの場
皆さんが
支えあっていく施設です

下長公民館 だより

発行
八 戸 市 立
下 長 公 民 館
八戸市下長一丁目4-9
電話&FAX
28-8863

* 高館地区のお知らせ *

6団体合同総会

5月5日（月）に、令和6年度高館地区合同総会が開催され、すべての議案が滞りなく承認され、終了しました。
今年度も各団体が地域、住民のために活動して参ります。
ご支援、ご協力を賜りますようお願い申し上げます。

- | | | | |
|----------------|-----|----|-----|
| * 連合町内会 | 新会長 | 川上 | 敦史 |
| * 子ども会育成連絡協議会 | 会長 | 中村 | 孝行 |
| * 体育振興会 | 会長 | 大澤 | 里志 |
| * 社会福祉協議会 | 会長 | 西山 | 精一 |
| * 防犯協会 | 会長 | 於本 | 洋二 |
| * 交通安全協会高館支部 | 支部長 | 高橋 | 美智雄 |
| (各団体長 敬称略、順不同) | | | |

体育振興会事業

- ・ 6月7日(土)・・・グラウンドゴルフ大会
南部山多目的広場
- ・ 7月中旬・・・男子ソフトボール大会
高館小学校校庭
- ・ 7月中旬・・・女子ソフトバレーボール大会
高館小学校体育館
- ・ 9月7日(日)・・・高館区民大運動会
高館小学校校庭
- ・ 10月11日(土)～13日(月)
八戸市総合スポーツ大会
八戸東運動公園他

下長地区福祉芸能大会

福祉芸能大会を下記の日程で開催する予定です。
参加者は、各町内会回覧にて募集いたします。

日時 7月21日(月)海の日
13時 開演
場所 下長公民館
ホール



皆様お誘いあわせの上
ご参加、ご観覧ください。



公民館まつり開催

10月11日(土)・12日(日)

10時～14時

募集します!!

* フリーマーケット出店者(1日限定)

・土曜日・・・3店 ・日曜日・・・3店

* 趣味で作っている作品を展示しませんか?

* 野菜など出店販売してもらえる方を探しています

詳しくは公民館までお問い合わせください

TEL 28-8863

エアコン使用について

今夏からエアコンを使用できます(講義室・調理室)
※暖房では使用しないで下さい。

使用後は速やかに使用料をお支払いください。

- ・ 1台1時間 130円
- ・ 使用したリモコンは元の場所に戻してください。

※ホールに設置してある冷風機を使用の際は職員にお知らせください。



わくわくキッズ



0歳児から未就園児の集いの場所です
子育ての悩み、心配事などを皆で話してみませんか?

★6月20日(金) 梅雨に負けずに元気に遊ぼう
(下長こども園さんと一緒に)

★7月18日(金) 七夕飾りを作しましょう
(保健師さんのお話し)

★8月22日(金) 縁日! わくわく夏祭り!

*時 間 10時～11時

*参加費 100円(おやつ代)

*事前に申し込みが必要です(当日参加も可能)

申し込み TEL 090-2993-1527(天摩)



* 下長公民館自主クラブ一覧 *

	ク ラ ブ 名		例 会 日			ク ラ ブ 名		例 会 日	
月	下長太極拳 クラブ	毎週	10:00～12:00	木	下長ラージボール卓球クラブ	毎週木	13:30～16:30	金	10:00～12:00
	パッチワーク クラブ	毎週	10:00～12:00			毎週土	15:00～17:00		10:00～12:00
火	下長卓球愛好会	毎週	10:00～13:00	金	ほほえみコーラス クラブ	第2・4	10:00～12:00	土	10:00～12:00
	下長公民館編み物 クラブ	毎週	10:00～15:00		花会(フラワーアレンジメント)	第2	10:00～12:00		13:00～15:00
	下長公民館日本舞踊 クラブ	毎週	13:30～17:00		下長公民館カラオケ クラブ	毎週	13:00～15:00		19:00～21:00
水	下長「書」愛好 クラブ	月3回	9:30～11:30	土	しもなが舞鼓連(よさこい)	毎週	19:00～21:00	日	13:00～15:00
	下長3B体操 クラブ	毎週	10:00～12:00		下長公民館さわやかダンスクラブ	毎週	13:00～15:00		10:30～13:00
	下長俳句 クラブ	第1	13:00～15:00		下長公民館オカリナクラブ 風華	第2・4	10:30～13:00		13:00～16:00
	下長ハーモニカ クラブ	第2・4	13:00～15:30		下長公民館大正琴 クラブ	第2・4	13:00～16:00		
	下長公民館ヨガ クラブ	毎週	13:30～15:30						



体験・見学を希望の方は公民館までお問合せ下さい TEL 28-8863



6月2日から受付開始講座

盆踊り教室

『いろいろな踊りを覚えよう』

日 時 7月4日・11日(金)

10時～12時

講 師 源波 フサ先生

参加費 無料

持ち物 上履き(ぞうり可)・
飲み物・汗拭きタオル

締切日 6月30日(月)



モルタル雑貨

『おしゃれな鉢を作ってみよう』

日 時 7月12日(土)

9時30分～12時30分

講 師 加藤 真紀子先生

材料費 1,800円

持ち物 飲み物・エプロン
紙袋(横幅30cm位)

定 員 8名

締切日 7月3日(木)



健康教室

運動機能向上「モルック」

日 時 7月8日(火)

10時～12時

講 師 上長・下長地区高齢者
支援センターはくじゅ

参加費 無料

持ち物 飲み物・上履きタオル

締切日 6月30日(月)

マクラメ編み

『コースターを編んでみよう』

日 時 7月23日(水)

10時～12時

講 師 林 藍先生

定 員 6名

材料費 1,000円

持ち物 裁縫ハサミ・飲み物

締切日 7月15日(火)



健康教室

『老後を豊かに過ごすために』

健康チェックあり

日 時 8月28日(木)

10時～12時

講 師 八戸医療生活協同組合

参加費 無料

持ち物 飲み物

締切日 8月20日(水)

かぎ針編み教室

『お花の円座マットを作ろう』

日 時 9月2日・9日・16日(各火曜日)

9時30分～12時30分

講 師 木村 まゆみ先生

定 員 10名限定

材料費 960円・(編み図代込)

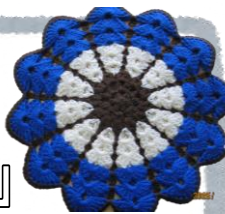
880円 かぎ針代(ジャンボ7ミリ)

持ち物 とじ針・糸切りハサミ・マーカー

締切日 8月15日(金)

飲み物

6色の中から
申込み時に色を
選んでもらいます



夏休み子ども講座

7月7日(月) から先着順での受付開始になります

キッズクッキング

『ワンプレートランチ』

日 時 7月29日(火) 10時～12時

講 師 追切 裕子先生

定 員 12名(子どものみの参加)

材料費 500円

持ち物 エプロン・三角巾・飲み物



食べて
から
帰ります

メニュー

★ナポリタンうどん

★ヨーグルトプリン

★コールスローサラダ

★えびせん

講座申込みにあたって

* 申込みは電話または窓口で受け付けします。定員を超えた場合は抽選とさせていただきます。抽選結果は締切り後に連絡いたします。

* 参加費は無料ですが、材料費のある講座は実施日の前までにお支払いください。

自己都合でキャンセルした場合は、材料費をお返しできないのでご了承下さい。

* 諸事情により急遽変更・中止となることがあります。

* 水分補給の飲み物は各自ご持参ください。

ゼンタングル教室

『キーホルダーを作ろう』

日 時 8月19日(火) 10時～12時

講 師 田名部 香居先生

定 員 8名

材料費 500円

持ち物 飲み物



子どもパン作り教室

『パン作りに挑戦しよう』

日 時 8月5日(火) 10時～12時

講 師 管野 泰明先生

定 員 12名

材料費 700円

持ち物 エプロン・三角巾・飲み物



夏休みの工作

『夏の壁かけ』

『木工オブジェ』

日 時 7月31日(木) 10時～12時

講 師 鈴木 篤史先生

定 員 12名

材料費 700円

持ち物 飲み物



日 時 8月4日(月) 10時～12時

講 師 相田 優子先生

定 員 8名

材料費 500円

持ち物 飲み物



卓球バレー

『卓球バレーで楽しもう』

日 時 8月7日・21日(木)

10時～11時

講 師 下村 真也先生

対象者 下長スマイルキッズ



『樹脂ねんど工作』

ティッシュボックスがサファリパークに

日 時 8月25日(月) 10時～12時

講 師 祝井澤口 智子先生

定 員 8名 材料費 800円

持ち物 ハサミ・手拭き用タオル

ねんどベラ・飲み物