

た も の き 公民館 だより

編集・発行
八戸市立田面木公民館
田面木上野道下夕 30-1
TEL・FAX 27-3333

公民館は…
○学習活動の場です
○仲間づくりの場です
○喜びを見いだす場です

新年度スタートにあたり

これまで9年間勤めたベテラン主事が退職し、元気いっぱいの新人主事が採用されました。大事に育てたいと思っておりますが、皆様からもかわいがっていただけますよう、宜しくお願いいたします。

さて、あれほど騒いだ新型コロナも公民館ではマスクや消毒が習慣になり、身近で感染の話を聞かなくなりました。油断はできませんが、皆様この調子でお願いいたします。何事も「安全第一」優先で。

今年度の公民館活動はSDGs持続可能な公民館活動を目標にしたいと考えております。「様々な業務にあたり、主事のみんなが自分たちでできる仕事の仕組みを考える」ということです、チャレンジ。

館長 三浦 和壽

【退任のあいさつ】

平成27年から9年間務めさせて頂きました。皆様との出会いと家族のようなふれあいは私にとってかけがえのない大切な宝物となりました。心より感謝申し上げます。

これからは地域の住民として公民館講座などに参加したいと思っています。

長い間本当にありがとうございました。

主事 福岡 文子

【新任のあいさつ】

生まれは岩手、育ちは八戸市です。田面木地区で暮らし始めて今年で5年目になります。夫と子供2人の4人家族です。地域の皆様のお役に立てるよう元気に明るく頑張ります！

宜しくお願いいたします。

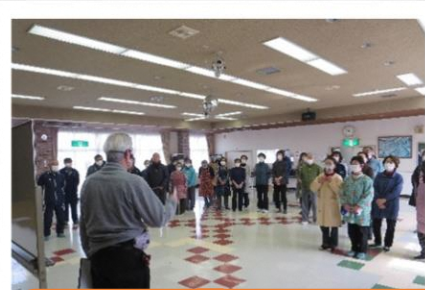
主事 丸山 なつき

消防訓練 & 大掃除

ご協力ありがとうございました！



初期消火を
始めます！



避難時、クラブ代表者に活動当日の参加人数を確認するので普段から把握に努めてください。



非常階段からの通路の除雪、
ありがとうございました♡



3月12日(火)、自主クラブの皆さんや公民館協力会の方々総勢39名のご協力により、消防訓練、大掃除を行うことができました。本当にありがとうございました！

職員一同

【田面木地区 各総会ご案内】

下田面木町内会	4月 7日(日)
松園団地町内会	4月 7日(日)
松園町町内会	4月13日(土)
上田面木町内会	4月14日(日)
中田面木町内会	4月21日(日)
南田面木町内会	4月27日(土)
田面木地区連合町内会	5月26日(日)
田面木地区連合自主防災会	
田面木公民館協力会	



【公民館からのお願い】

昨年度は靴の履き間違いが何度も発生しました。公民館の下駄箱にあるクリップをご利用ください。

お帰りの際は、再度、確認よろしくお願いたします。

田面木公民館

講座のご案内

～ 講座に参加される方へ ～

- ・講座の申し込みは3か月前より受付致します。
- ・受講料は無料ですが、材料費は実費となります。
- ・締切日を過ぎてからのキャンセルは材料費を返金しかねる場合があります。
- ・新型コロナウイルス等の感染状況により、日程変更や中止となる場合があります。
- ・水分補給のための飲み物をご持参ください。

お問い合わせ・お申し込みはお気軽に公民館まで! ☎ 27-3333

八戸焼陶芸教室

～ 自分だけの器を作ろう ～

日時 4月26日(金)
10:00～12:00
講師 渡邊 真樹 氏
(八戸焼 二代目窯元)
材料費 1,800円
持ち物 エプロン
汚れてもいいタオル
定員 10人
申込み 4月19日(金)まで



スマホ教室 (全3回)



- ① 5月 8日(水)
～ 基本的な使い方を学ぼう～
 - ② 5月 9日(木)
～ アプリの楽しみ方を学ぼう～
 - ③ 5月10日(金)
～ 生活への役立て方を学ぼう～
- 【全日】10:00～12:00

講師 藤 加奈子 氏
(ワラビノーツ ウェブディレクター)
持ち物 自分のiPhone・スマートフォン
定員 6人
申込み 5月7日(火)まで

リンパトーンストレッチ教室

～ 乳がんの早期発見に役立つ
マッサージ&ストレッチ ～

日時 5月13日(月)
10:00～12:00
講師 武部 貴子 氏
(乳がん啓発運動指導士)
持ち物 ヨガマット・5本指ソックス
水分補給の飲み物
ストレッチ用のタオル
定員 10人
申込み 5月9日(木)まで

女性限定!

おんがく講座

～ 音楽で楽しく脳トレーニング～

日時 5月16日(木)
10:00～12:00
講師 おんがく♪倶楽部
持ち物 中ズック
定員 20人
申込み 5月13日(月)まで

懐かしの曲を聴く! 体を動かす!
歌う! 演奏してみる! などなど♪
全身で音楽を
楽しみましょう!



芸能鑑賞

～ 石原舞踊会 舞踊ショー ～

日時 5月18日(土)
13:00～15:00
講師 石原 定子 氏
(石原舞踊会会主)

定員 30人
申込み 5月17日(金)まで



大人のシナプソロジー(全4回)

～ 頭と体を使って
楽しく元気になろう ～

- 日時 ① 5月23日(木)
② 5月30日(木)
③ 6月 6日(木)
④ 6月13日(木)
【全日】13:30～15:30

講師 高山 清美 氏
(シナプソロジーインストラクター)
持ち物 ヨガマット・汗拭きタオル
ズック・水分補給の飲み物
定員 15人
申込み 5月20日(月)まで

お料理教室

～ なんちゃって韓国料理 ～

日時 5月24日(金)
10:00～13:00
講師 追切 裕子 氏
(クッキングアドバイザー)
材料費 1,000円
持ち物 エプロン・三角巾
定員 12人
申込み 5月16日(木)まで

《メニュー》

- ・サムゲタン
- ・本格チャプチェ
- ・大根もち
- ・ジンジャーケーキ 他

※ 調理後、公民館で食事します



第44回

グラウンドゴルフ大会

～ 優勝目指してがんばろう ～

日時 5月20日(月)
13:30～15:30
場所 長者森公園
(ユニース白山台店向い)
会費 700円
申込み 5月7日(火)まで

腸もみマッサージ教室(全2回)

～ 腸もみで心も体も元気になろう ～

- 日時 ① 6月 4日(火)
② 6月18日(火)
【全日】10:00～12:00
講師 堀米 裕子 氏
(インテスタージュ腸セラピスト)
持ち物 ヨガマット・水分補給の飲み物
定員 10人
申込み 5月31日(金)まで

女性限定!

今月号には保存版として、別紙「令和6年度 講座予定表」もあります。
どうぞ1年間ご利用ください!