

瑞豊館だより

八戸市農村環境改善センター瑞豊館

八戸市豊崎町上永福寺 130-1

電話・FAX 23-2618

令和7年4月発行

新年度を迎えて

春の暖かさを感じられる頃になりました。新年度を迎え地域の皆様におかれましては、ますますご清栄のこととお慶び申し上げます。

昨年度は、新任主事2名が迷惑をかけないようにと頑張ったと思っております。若干の行き届かないところもあったと思いますが、より一層のチームワークで頑張りますので、ご理解とご協力をお願いいたします。

今年度は、5月9日のシナプソロジー（楽しく笑いながら脳を活性化しましょう）を皮切りに、各講座を計画しております。気になる講座がありましたらお気軽にお問い合わせ下さい。

令和7年度も皆様との触れ合いを楽しみに、職員一同皆様のご来館をお待ちしております。

館長 中村 光男 主事 赤石 真奈美 石橋 隆 十日市 くみ子

5・6月の講座案内

シナプソロジー

日時：5月9日・16日（金）
10:00～12:00

講師：高山 清美 先生

持ち物：汗拭きタオル・飲み物

※ 切：5月2日（金）

※ 楽しく笑いながら脳を活性化
しましょう

和菓子作り

日時：5月12日（月）
10:00～12:00

講師：（名）菓子処 丸美屋

材料費：900 円

持ち物：エプロン・三角巾

ハンドタオル・持ち帰り用タッパー

※ 切：4月30日（水）

※ 和菓子に挑戦しましょう

ビューティー講座

日時：5月13日（火）
13:30～15:30

講師：（株）アルソアデフィ

小田桐 瑞恵 先生

持ち物：スタンド式鏡

※ 切：5月8日（木）

※ 春のスキンケア&ヘッドマッサージ

PPバンド

日時：5月15日・22日・29日
6月5日・12日（木） 9:00～12:00

講師：柏崎 隆子 先生

材料費：1,300 円

持ち物：ハサミ・ものさし（30cm）

目打ち・せんたくバサミ（10個位）

※ 切：5月1日（木）

※ PPバンドでバックを作りましょう

※見本あります

寄せ植え

日時：6月6日（金）
10:30～11:30

講師：（株）花生植物園

材料費：1,200 円

持ち物：移植バレー・軍手・エプロン

※ 切：5月20日（火）（必要な方）

※ 春の寄せ植えを楽しみましょう

スポーツ吹矢

日時：6月13日・20日（金）
10:00～12:00

講師：葛西 征三 先生

材料費：100 円

持ち物：汗拭きタオル・飲み物

※ 切：6月6日（金）

※ スポーツ吹矢を楽しみましょう

骨盤体操

日時：6月18日・25日
7月2日・9日（水）
13:30～15:30

講師：廣谷 洋子 先生

持ち物：汗拭きタオル・飲み物

ヨガマット or 大きなバスタオル

※ 切：6月11日（水）

※ 骨盤体操で歪みをリセット

しましょう

令和7年度合同総会のお知らせ

4月21日（月）瑞豊館 農事研修室

◎ 瑞豊館協力会 18時～

◎ 交通安全協力会豊崎支部 18時30分～

◎ 豊崎体育会 19時～



田面木・館・豊崎地区高齢者

支援センター

『ハピネスやくら』さん

よりお知らせ

◎ 日時：5月1日（木）10時～11時
テーマ：姿勢チェックとリズム体操

◎ 日時：6月5日（木）10時～11時
テーマ：タオル体操

場所：瑞豊館 多目的ホール



令和7年度 瑞豊館講座 保存版



講座名	月 日	時 間	講 師 名
シナプソロジー	5月9日・16日 7月4日・18日（毎回金）	10:00～12:00	高山 清美
和菓子作り	5月12日（月）	10:00～12:00	（名）菓子処 丸美屋
ビューティー講座	5月13日 10月14日（火）	13:30～15:30	（株）アルソアデフィ 小田桐 瑞恵
PP バンド教室	5月15日・22日・29日 6月5日・12日（毎回木）	9:00～12:00	柏崎 隆子
寄せ植え	6月6日（金）	10:30～11:30	（株）花生植物園
スポーツ吹矢	6月13日・20日（金）	10:00～12:00	葛西 征三
骨盤体操	6月18日・25日・ 7月2日・9日（毎回水）	13:30～15:30	廣谷 洋子
洋裁教室	7月23日・30日 8月6日（毎回水）	13:00～16:00	川村 則子
子どもパン作り	7月29日（火）	10:00～12:00	（株）アンジェリーナ 管野 泰明
出前講座	8月25日（月）	13:00～15:00	八戸市環境政策課
エコツアー	9月8日（月）	9:00～15:00	八戸市環境政策課
スマホ教室	9月3日（水）・4日（木） 11日（木）	13:00～15:00	（特非）IT 事業センター はちのへ
料理教室	9月26日（金）・12月10日（水）	10:00～13:00	八戸市食生活改善推進員 協議会 豊崎地区
ロールケーキ作り	9月17日（水）	10:00～12:00	リーベシムラ 志村 一雄
健康マージャン	10月8日・15日 11月12日・19日（毎回水）	9:00～12:00	音喜多 彰治
楽々ストレッチ	10月9日・23日 11月13日・27日 12月11日（毎回木）	13:30～15:30	エスプロモ（株） 斉藤 あかね
編み物教室	10月21日・28日・ 11月4日（毎回火）	10:00～13:00	木村 まゆみ
八戸ウインドアンサンブル	10月19日（日）	14:00～15:00	八戸ウインドアンサンブル
そば打ち教室	11月10日（月）	10:00～12:00	山の楽校 岩渕 修一
味噌作り教室	11月25日（火）	13:00～15:00	上原子 澄子

※瑞豊館の講座は受講料が無料ですが材料費は実費です。多数のご参加をお待ちしております。

瑞豊館からのお願い

- ☆瑞豊館を使用する場合前日までに窓口にて申請の手続きが必要です。
- ☆暖房費・燃料費は、使用日または翌日に窓口にてお支払いくださいますようお願いいたします。
- ☆お帰りの際には、使用した部屋の暖房・照明・ガス・戸締などの確認と掃除をお願いいたします。（夜間利用の場合は玄関の施錠と警備セットも忘れないようお気を付け下さい）
- ☆ゴミは各自でお持ち帰り頂くことになっていますのでご協力の方よろしくをお願いいたします。



講座について

- ◎各講座とも受講料は無料ですが、材料費は実費となります。どなたでも参加出来ますのでお申し込みをお待ちしております。
- ◎都合により日程が変更になる場合があります、申し込みの際連絡先等（携帯番号等）をお伺いさせていただきます。ご了承ください。

お申し込み・お問い合わせは瑞豊館まで
23-2618