【11 月～12 月の大更コミセン市民講座のご案内】

講演会

いってみよう、8テラス

大更駅前の賑わいの創出に
8テラスと大更コミセン
両方あるから面白い

八幡平市交流複合施設「8テラス」
施設長　小林 大祐　氏

-内容-
① 8テラスについてのお話
② 8テラスと大更コミセンとの連携について対談
③ 8テラス館内ツアー

どなたでも、お気軽に！

令和8年12月16日(水)

時　間　13時30分～15時30分
（13時開場）

場　所　大更コミュニティセンター大会議室

お申込　下記にて、12月9日(水)までにお申込みください。

ＦＡＸでお申込みの方は切り取らずにご送信ください

お申込書

※ご参加希望の講座と回に〇をし、大更コミセンに直接お持ちになるか、 電話又は FAX でお申込みください。

① **そば打ち体験教室**
第1回 11/25(水)　第2回 12/2(水)　第3回 12/9(水)

② **干支の編みぐるみ教室**　全2回講座
第1回 11/30(月)　第2回 12/7(月)

③ **8テラス施設長 小林大祐氏講演会「いってみよう、8テラス」**
12/16(水)

④ **講話＆軽運動「健康講話とレクリエーション」**
12/18(金)

お名前			
電話番号		行政区	

裏面もご覧ください。→

★お問合せ・お申込み先：大更コミュニティセンター　TEL：76-4069 FAX：70-1851★



そば打ち体験教室

今年の締めくくりに、自分だけの「年越しそば」を打ってみませんか？手ごねから切りまで、はっとの会の皆さんが丁寧に教えてくださいます。１回完結の講座ですが、何度でもご参加いただけます。

日　　時：第１回　１１月２５日（水）１０時～１３時
　　第２回　１２月　２日（水）１０時～１３時
　　第３回　１２月　９日（水）１０時～１３時
講　　師：西根はっとの会の皆さん
募集人数：各講座 10 名（定員になり次第締切）
材 料 費：500 円（当日集金します）
場　　所：大更コミセン　大会議室・調理室
持 ち 物：三角巾、エプロン、持ち帰り用の入物
そ の 他：昼食時に自分で打ったそばと、ベテランが打ったそばを味わいます。





干支の編みぐるみ教室

来年の干支「羊」を編みます。細編みが出来る方なら大丈夫！午後までの講座になりますので、昼食はご持参ください。２回で完結の講座です。

日　　時：１１月３０日（月）、１２月７日（月）９時３０分～15時
講　　師：田村和子さん（あみあみサークル代表）
募集人数：１５名（定員になり次第締切）
材 料 費：1,000 円（当日集金します）
場　　所：大更コミセン　大会議室
持 ち 物：５号か６号のかぎ針、昼食





講話＆軽運動「健康講話とレクリエーション」

～一緒にやってみませんか？こころの笑顔、からだの笑顔～

健康講話の後、簡単なレクリエーションを行います。コミュニケーションをとりながら、日常に取り入れやすい軽運動を学びましょう。大金恵美子管理者による、人気の講座です。（大更婦人学級第５回講座と合同開催）

日　　時：１２月 18 日（金）10 時～12時
講　　師：（福）みちのく協会 はらからの里 管理者 大金 恵美子さん
場　　所：大更コミセン　大会議室
持 ち 物：タオル、動きやすい服装でご参加ください。
締　　切：１２月１４日午前９時





各講座のお申込みは表面をご覧ください。➡