

# 2019年度 吹上公民館講座一覽

講座名	講師名	月日	曜日	時間
開講式 マンドリン演奏会	八戸 マンドリン アンサンブル	4 / 13	土	10:00~12:00
健康教室・体操① 筋力アップ体操教室	川口 太陽	5 / 8	水	10:00~12:00
		6 / 5		
		7 / 3		
		9 / 4		
		10 / 9		
11 / 6				
12 / 4				
リンパマッサージで 体調を整える	山本 直子	5 / 17 5 / 24 5 / 31	金	13:00~15:00
スマホ講座 アンドロイド	学職開発 森 淑乃	5 / 22	水	9:30~12:30
伝統木版画鑑賞講座 広重・国芳の版画の 世界を堪能	小倉 学	5 / 28	火	10:00~12:00
スマホ講座 アイフォン	学職開発 森 淑乃	5 / 29	水	9:30~12:30
寄せ植え教室① 春	(株) サンデー	6 / 11	火	10:00~12:00
編物教室 手編みのおしゃれなベスト	久保 治子	6 / 12	水	9:30~12:30
		6 / 19		
		6 / 26		
レベルアップ料理教室① プロから学ぶ中国料理 簡単おもてなしランチ	プラザホテル 総料理長 須田 忠幸	6 / 13	木	10:00~13:00
古着リフォーム教室 リフォーム生地から 帽子を作る	佐藤千鶴子	7 / 4 7 / 11	木	9:30~12:30
移動教室 夏 上北・八戸市内工場見学	館 長	7 / 9	火	9:00~16:00
タブレット講座	学職開発 森 淑乃	7 / 10	水	9:30~12:30
歴史講座 新羅神社での流鏝馬の 再考と歴史	黄綿 昶行	7 / 17	水	10:00~12:00
ワイン講座 家でワインを楽しむ ワインの選び方と合うつまみ	kitchen ブルトワ 林 千佳	7 / 19	金	18:30~21:30
ドローン講座 ドローンの フライト体験をしよう	コアライン	7 / 25	木	9:30~12:30
網代編みバック教室 古着でおしゃれな バックを作る	石津 美枝	8 / 27	火	9:30~12:30
		9 / 3 9 / 10		
レベルアップ料理教室② プロから学ぶ夏野菜料理 夏野菜使い切り料理	追切 裕子	8 / 28	水	10:00~13:00
コーラス教室 みんなで楽しく歌いましょう 女性のためのコーラス	野田 令子	9 / 11	水	10:00~12:00
		9 / 18		
		9 / 25		
		10 / 2		
押し花教室 押し花で自分だけの お薬手帳・保険証入れ作り	小川 重子	9 / 12	木	10:00~12:00

講座名	講師名	月日	曜日	時間
歴史講座 南部氏の流れ(入門編)	滝尻 侑貴	9 / 19	木	10:00~12:00
レベルアップ料理教室③ プロから学ぶ西洋料理 簡単おもてなしランチ	プラザホテル 総料理長 須田 忠幸	9 / 26	木	10:00~13:00
寄せ植え教室② 秋	(株) サンデー	10 / 1	火	10:00~12:00
レベルアップ料理教室④ プロから学ぶお菓子 秋の本格アップルパイ	リーベシムラ 志村 一雄	10 / 16	水	10:00~13:00
レベルアップ料理⑤ プロから学ぶ日本料理 秋の行楽弁当	パークホテル 総料理長 周防 良秀	10 / 25	金	10:00~13:00
移動教室 秋 浄法寺塗り・ワイン工場	館 長	10 / 30	水	9:00~16:00
健康教室・講座 腰痛を乗りきる 実技を通じた予防と対策	労働者健康 福祉機構 青森労災病院	11 / 12	火	13:30~15:30
フィットネスウォーキング教室 歩き方から学ぶ健康法	丸岡 信子	11 / 25 12 / 9	月	10:00~12:00
ポールストレッチ	斉藤あかね	1 / 17	金	10:00~12:00
		1 / 24		
		2 / 7		
閉講式 美華ちゃんの ふるさと再発見	中島 美華	2 / 26	水	10:00~12:00

## ◎幼児と親子講座

講座名	講師名	月日	曜日	時間
おやこピクス教室① 親子で体操し 幼児の身体の発達を高め お母さんも体力づくり	川口 太陽	5 / 21	火	10:00~12:00
		6 / 18		
		7 / 16		
		8 / 20		
		9 / 17		
		10 / 15		
		11 / 19		
		12 / 17		
		1 / 21		
		2 / 18		

## ◎小学生講座

講座名	講師名	月日	曜日	時間
子どもキッチン 旬の食材を知って おいしい料理	沢野 節子	6 / 15	土	10:00~13:00
子どもキッチン 旬の食材を知って おいしい料理	沢野 節子	7 / 13	土	10:00~13:00
子どもキッチン 旬の食材を知って おいしい料理	岩見美恵子	9 / 14	土	10:00~12:00
子ども茶道教室 日本の文化を楽しく学ぼう	天魔 宗秋	11 / 9	土	10:00~12:00
子どもキッチン 旬の食材を知って おいしい料理	岩見美恵子	12 / 14	土	10:00~13:00
読み聞かせと手づくりクラブ	かさ・de・ マードレ	2 / 8	土	10:00~12:00