

公民館名	学級名	月日	曜日	分類	講座名	内 容	時間	学習時間	講師	メモ	募集人数
小中野	公民館活動教室	5月9日	(金)	健康	小中野にここに教室「健康」	認知症予防の指圧マッサージ	10:00 - 12:00	2:00	武部 勝信		20
小中野	女性学級	5月20日	(火)	手工芸	籐手芸教室	ショルダーバッグを作る	13:30 - 15:30	2:00	佐藤 かおる		10
小中野	女性学級	5月27日	(火)	手工芸	籐手芸教室	ショルダーバッグを作る	13:30 - 15:30	2:00	佐藤 かおる		10
小中野	高齢者教室	5月15日	(木)	教養	八千草大学「開講式・講話」	開講式 空き家発生予防セミナー 睡眠満足度アップ講座	13:30 - 15:30	2:00	八戸市都市政策部 明治安田生命		20
小中野	高齢者教室	5月29日	(木)	健康	八千草大学「体操」	体を温め基礎代謝UP	13:30 - 15:30	2:00	吉崎 路子		20
小中野	市民学校	5月9日	(金)	伝統文化	南部菱刺し教室	南部菱刺しスマホショルダーを作る	10:00 - 12:00	2:00	南部菱刺し 西野刺っ娘の会		8
小中野	市民学校	5月16日	(金)	伝統文化	南部菱刺し教室	南部菱刺しスマホショルダーを作る	10:00 - 12:00	2:00	南部菱刺し 西野刺っ娘の会		8
小中野	市民学校	5月23日	(金)	伝統文化	南部菱刺し教室	南部菱刺しスマホショルダーを作る	10:00 - 12:00	2:00	南部菱刺し 西野刺っ娘の会		8
小中野	市民学校	5月30日	(金)	伝統文化	南部菱刺し教室	南部菱刺しスマホショルダーを作る	10:00 - 12:00	2:00	南部菱刺し 西野刺っ娘の会		8
白銀	公民館活動教室	5月20日	(火)	教養	マネーセミナー講座	基礎から学べるやさしいマネーセミナー	10:00 - 12:00	2:00	三浦 睦 田端 渉		15
白銀	高齢者教室	5月15日	(木)	音楽	浜通り高齢者教室 開講式 in 鮫公民館	アコーディオンで唱歌 青春歌謡と南部昔っこ	10:00 - 12:00	2:00	十日市 廣志 他2名	鮫公民館・白銀公民館・湊公民館と共催 古川 むつ子・慶長 洋子	20
白銀	高齢者教室	5月22日	(木)	教養	浜通り高齢者教室 in 湊公民館	講演 南部利直と和賀・稗貫一揆	10:00 - 12:00	2:00	木村 明彦	鮫公民館・白銀公民館・湊公民館と共催	20
白銀	高齢者教室	5月29日	(木)	教養	浜通り高齢者教室 in 白銀公民館	講演 みかちゃんのおもしろ事件簿 浜通り編	10:00 - 12:00	2:00	中島 美華	鮫公民館・白銀公民館・湊公民館と共催	20
鮫	高齢者教室	5月15日	(木)	音楽	浜通り高齢者教室 開講式 in 鮫公民館	アコーディオンで唱歌 青春歌謡と南部昔っこ	10:00 - 12:00	2:00	十日市 廣志 他2名	鮫公民館・白銀公民館・湊公民館と共催 古川 むつ子・慶長 洋子	20
鮫	高齢者教室	5月22日	(木)	教養	浜通り高齢者教室 in 湊公民館	講演 南部利直と和賀・稗貫一揆	10:00 - 12:00	2:00	木村 明彦	鮫公民館・白銀公民館・湊公民館と共催	20
鮫	高齢者教室	5月29日	(木)	教養	浜通り高齢者教室 in 白銀公民館	講演 みかちゃんのおもしろ事件簿 浜通り編	10:00 - 12:00	2:00	中島 美華	鮫公民館・白銀公民館・湊公民館と共催	20
鮫	市民学校	5月23日	(金)	健康	健康講座	体のゆがみを取る運動	13:30 - 15:30	2:00	武部 勝信		16
鮫	市民学校	5月30日	(金)	健康	健康講座	指圧マッサージとツボを学ぶ	13:30 - 15:30	2:00	武部 勝信		16
鮫	市民IT講習会	5月20日	(火)	ICT	エクセル講座	会計係さんのお悩み解決 簡単な出納帳を作ってみよう	10:00 - 12:00	2:00	(特非)IT事業センター はちのへ		7
鮫	市民IT講習会	5月21日	(水)	ICT	エクセル講座	会計係さんのお悩み解決 簡単な出納帳を作ってみよう	10:00 - 12:00	2:00	(特非)IT事業センター はちのへ		7
上長	公民館活動教室	5月12日	(月)	健康	カラダの学校	体幹を鍛えるトレーニング	10:00 - 12:00	2:00	向井 聡洋		8
上長	公民館活動教室	5月19日	(月)	健康	カラダの学校	体幹を鍛えるトレーニング	10:00 - 12:00	2:00	向井 聡洋		8
上長	公民館活動教室	5月26日	(月)	健康	カラダの学校	体幹を鍛えるトレーニング	10:00 - 12:00	2:00	向井 聡洋		8
上長	公民館活動教室	5月16日	(金)	手工芸	器の焼き物教室	自分だけの器作り	10:00 - 12:00	2:00	渡邊 真樹		10

公民館名	学級名	月日	曜日	分類	講座名	内 容	時間	学習時間	講師	メモ	募集人数
上長	女性学級	5月8日	(木)	料理	和菓子作り教室	季節の和菓子を作ろう	10:00 - 12:00	2:00	(名)菓子処丸美屋		12
上長	市民IT講習会	5月22日	(木)	ICT	自分のスマホの使い方	基本的な使い方を覚えよう	10:00 - 12:00	2:00	(特非)IT事業センター はちのへ		6
上長	市民IT講習会	5月23日	(金)	ICT	自分のスマホの使い方	基本的な使い方を覚えよう	10:00 - 12:00	2:00	(特非)IT事業センター はちのへ		6
柏崎	市民IT講習会	5月26日	(月)	ICT	スマホ講習会	スマホ講座～初級編～	9:00 - 12:00	3:00	(特非)IT事業センター はちのへ		6
柏崎	市民IT講習会	5月27日	(火)	ICT	スマホ講習会	スマホ講座～応用編～	9:00 - 12:00	3:00	(特非)IT事業センター はちのへ		6
大館	公民館活動教室	5月15日	(木)	移動学習	ふるさとウォーク	歴史看板を設置した東十日市を歩こう	9:00 - 12:00	3:00	大館地区自治振興会 高橋 芳久		15
大館	高齢者教室	5月9日	(金)	健康	健康教室	フレイル体操 「もも色筋肉を増やそう」	10:00 - 12:00	2:00	関下 和彦		10
大館	高齢者教室	5月28日	(水)	健康	健康教室	タオル体操で若返り!!	10:00 - 12:00	2:00	小西池 郁子		10
大館	市民学校	5月16日	(金)	教養	歴史教室	東北太平記「蠣崎の乱」	10:00 - 12:00	2:00	上田 三蔵		20
大館	市民学校	5月19日	(月)	手工芸	リフォーム教室	古着を使ってパンツを作ろう	9:00 - 12:00	3:00	飼牛 道子		10
大館	市民学校	5月26日	(月)	手工芸	リフォーム教室	古着を使ってパンツを作ろう	9:00 - 12:00	3:00	飼牛 道子		10
大館	移動公民館	5月31日	(土)	健康	体操教室	ルーシーダットンに挑戦してみよう	10:00 - 12:00	2:00	廣谷 洋子		10
下長	女性学級	5月22日	(木)	手工芸	刺しゅう教室	花模様を刺してみよう	9:30 - 12:30	3:00	寺井 嘉子		8
下長	高齢者教室	5月7日	(水)	教養	開講式	「わの言いたい放題」	10:00 - 12:00	2:00	高橋 芳久		20
下長	高齢者教室	5月8日	(木)	健康	体軸体操	正しい身体の使い方を身につけよう	10:00 - 12:00	2:00	橘 舞		15
下長	高齢者教室	5月15日	(木)	健康	体軸体操	正しい身体の使い方を身につけよう	10:00 - 12:00	2:00	橘 舞		15
下長	高齢者教室	5月13日	(火)	絵画	ゼンタングル教室	「描くヨガ」・「描く瞑想」でリラックス	10:00 - 12:00	2:00	田名部 香居		8
下長	高齢者教室	5月19日	(月)	健康	代謝アップ教室	ストレッチで体の代謝をあげよう	13:30 - 15:30	2:00	エスプロモ(株)		15
下長	高齢者教室	5月26日	(月)	教養	空き家発生 予防セミナー	住まいを将来空き家にしないために	10:00 - 12:00	2:00	都市政策課 空き家対策グループ		15
下長	市民学校	5月28日	(水)	手工芸	ボタニーペインティング	葉っぱに色を塗ろう	10:00 - 12:00	2:00	福井 絵理子		12
下長	市民学校	5月30日	(金)	健康	音楽でリフレッシュ	歌って遊んで脳を活性化	10:00 - 12:00	2:00	山道 敦子		15
吹上	家庭教育学級	5月19日	(月)	家庭教育	赤ちゃんとママの スキンシップ体操	子どもの発達に合わせた ベビーエクササイズ	10:00 - 12:00	2:00	川口 太陽	親子8組	16
吹上	市民IT講習会	5月13日	(火)	ICT	スマホ講座	QRコード・生活に役立つアプリ の使い方を知る	10:00 - 12:00	2:00	みらいクリエイド 森 淑乃		8
吹上	市民IT講習会	5月14日	(水)	ICT	スマホ講座	QRコード・生活に役立つアプリ の使い方を知る	10:00 - 12:00	2:00	みらいクリエイド 森 淑乃		8

公民館名	学級名	月日	曜日	分類	講座名	内 容	時間	学習時間	講師	メモ	募集人数
吹上	市民IT講習会	5月15日	(木)	ICT	スマホ講座	QRコード・生活に役立つアプリの使い方を知る	10:00 - 12:00	2:00	みらいクリエイド 森 淑乃		8
湊	女性学級	5月19日	(月)	手工芸	ラペリスフラワー教室	粘土で花のインテリアを作りましょう	10:00 - 12:00	2:00	鈴木 淑子		6
湊	女性学級	5月26日	(月)	手工芸	ラペリスフラワー教室	粘土で花のインテリアを作りましょう	10:00 - 12:00	2:00	鈴木 淑子		6
湊	高齢者教室	5月15日	(木)	音楽	浜通り高齢者教室 開講式 in 鮫公民館	アコーディオンで唱歌 青春歌謡と南部昔っこ	10:00 - 12:00	2:00	十日市 廣志 他2名	鮫公民館・白銀公民館・湊公民館と共催 古川 むつ子・慶長 洋子	20
湊	高齢者教室	5月22日	(木)	教養	浜通り高齢者教室 in 湊公民館	講演 南部利直と和賀・稗貫一揆	10:00 - 12:00	2:00	木村 明彦	鮫公民館・白銀公民館・湊公民館と共催	20
湊	高齢者教室	5月29日	(木)	教養	浜通り高齢者教室 in 白銀公民館	講演 みかちゃんのおもしろ事件簿 浜通り編	10:00 - 12:00	2:00	中島 美華	鮫公民館・白銀公民館・湊公民館と共催	20
湊	市民学校	5月16日	(金)	健康	健康教室	肩こりを改善しましょう	10:00 - 12:00	2:00	向井 聡洋		10
湊	市民学校	5月9日	(金)	手工芸	陶芸教室	素敵な板皿を作りましょう	10:00 - 12:00	2:00	杉山 道子		8
湊	市民学校	5月12日	(月)	料理	料理教室	春の行楽弁当を作りましょう	10:00 - 13:00	3:00	八戸プラザホテル 須田 忠幸		16
湊	家庭教育学級	5月21日	(水)	家庭教育	カルトナーージュ教室	リサイクルバッグを作りましょう	10:00 - 12:00	2:00	秋村 友光子		10
湊	家庭教育学級	5月28日	(水)	家庭教育	カルトナーージュ教室	リサイクルバッグを作りましょう	10:00 - 12:00	2:00	秋村 友光子		10
是川	女性学級	5月8日	(木)	踊り(和)	門口先生の 民舞踊教室	佐渡おけさを踊りましょう	10:00 - 11:00	1:00	門口 光子		15
是川	女性学級	5月15日	(木)	踊り(和)	門口先生の 民舞踊教室	佐渡おけさを踊りましょう	10:00 - 11:00	1:00	門口 光子		15
是川	女性学級	5月22日	(木)	踊り(和)	門口先生の 民舞踊教室	佐渡おけさを踊りましょう	10:00 - 11:00	1:00	門口 光子		15
是川	女性学級	5月20日	(火)	健康	腸もみ教室	腸もみで健康づくり	10:00 - 12:00	2:00	堀米 裕子		6
是川	女性学級	5月27日	(火)	健康	腸もみ教室	腸もみで健康づくり	10:00 - 12:00	2:00	堀米 裕子		6
是川	高齢者教室	5月23日	(金)	手工芸	陶芸教室	八戸焼で器を作ろう	10:00 - 12:00	2:00	渡邊 真樹		10
是川	市民学校	5月21日	(水)	手工芸	パッチワーク教室	ビーズや刺繍をあしらった スマホホルダーを作りましょう	9:00 - 12:00	3:00	小川 信子		5
是川	市民学校	5月28日	(水)	手工芸	パッチワーク教室	ビーズや刺繍をあしらった スマホホルダーを作りましょう	9:00 - 12:00	3:00	小川 信子		5
是川	家庭教育学級	5月10日	(土)	家庭教育	母の日企画 フォトフレーム作り教室	自然の素材を使った フォトフレームを作ろう	10:00 - 12:00	2:00	青森県立種差少年自然の家		10
館	高齢者教室	5月22日	(木)	音楽	音楽鑑賞会	ココロとカラダにやさしい音楽歌セラピー	10:00 - 12:00	2:00	吉岡 リサ		30
館	市民学校	5月19日	(月)	手工芸	陶芸教室	オリジナル器作り	10:00 - 12:00	2:00	渡邊 真樹		10
館	市民IT講習会	5月20日	(火)	ICT	スマホの便利機能を マスターしよう	Googleビューを使いこなそう	10:00 - 12:00	2:00	みらいクリエイド 森 淑乃		7
館	市民IT講習会	5月21日	(水)	ICT	スマホの便利機能を マスターしよう	パスワード管理など	10:00 - 12:00	2:00	みらいクリエイド 森 淑乃		7

公民館名	学級名	月 日	曜日	分類	講座名	内 容	時間	学習 時間	講師	メ モ	募集 人数
館	市民IT講習会	5月27日	(火)	ICT	スマホの便利機能を マスターしよう	前回までの復習と補足など	10:00 - 12:00	2:00	みらいクリエイド 森 淑乃		7
根城	女性学級	5月19日	(月)	手工芸	ソーイング講座	手持ちの布を再利用	9:30 - 12:30	3:00	川村 則子		8
根城	高齢者教室	5月22日	(木)	テーブル ゲーム	元気・健康教室	健康マージャンで脳トレ	13:30 - 15:30	2:00	音喜多 彰治		16
根城	高齢者教室	5月23日	(金)	健康	元気・健康教室	シナプソロジーで脳を活性化	10:00 - 12:00	2:00	川口 太陽		10
根城	市民学校	5月27日	(火)	自然	寄せ植え教室	春の寄せ植え	14:00 - 15:00	1:00	久保 亜子		10
三八城	公民館活動教室	5月16日	(金)	教養	三八城にこここ教室	いざという時の法的契約を学ぼう	10:00 - 12:00	2:00	八戸公証役場		20
三八城	女性学級	5月9日	(金)	料理	パン作り教室	色々なパンの成形を学ぼう	9:30 - 11:30	2:00	管野 泰明		12
三八城	高齢者教室	5月8日	(木)	スポーツ	グラウンドゴルフ教室	楽しくプレイしよう	10:00 - 12:00	2:00	公民館職員	まべち公園	20
三八城	高齢者教室	5月15日	(木)	スポーツ	グラウンドゴルフ教室	楽しくプレイしよう	10:00 - 12:00	2:00	公民館職員	まべち公園	20
三八城	高齢者教室	5月22日	(木)	スポーツ	グラウンドゴルフ教室	楽しくプレイしよう	10:00 - 12:00	2:00	公民館職員	まべち公園	20
三八城	市民学校	5月13日	(火)	スポーツ	ニュースポーツ教室	ルールを学びモルックを楽しもう	10:00 - 12:00	2:00	沼田 幸子		12
三八城	家庭教育学級	5月11日	(日)	家庭教育	子ども防犯教室	こんな時どうする？のお話と鑑識体験	10:00 - 12:00	2:00	八戸警察署		15
江陽	公民館活動教室	5月16日	(金)	手工芸	刺しゅう教室	がま口小銭入れ作り	9:00 - 12:00	3:00	寺井 嘉子		8
江陽	公民館活動教室	5月23日	(金)	手工芸	刺しゅう教室	がま口小銭入れ作り	9:00 - 12:00	3:00	寺井 嘉子		8
江陽	女性学級	5月30日	(金)	健康	ヨガ教室	初めての方へのヨガ	9:30 - 11:30	2:00	吉田 加奈子		15
江陽	高齢者教室	5月12日	(月)	健康	健康教室 「チェアエクササイズ」	イスに座って手足を動かそう	10:00 - 11:00	1:00	廣谷 洋子		15
江陽	市民学校	5月21日	(水)	健康	体操教室	体軸～音楽に合わせて体を動かそう	13:30 - 14:30	1:00	橘 舞		20
長者	女性学級	5月21日	(水)	手工芸	ラペリスフラワー教室	チューリップの飾りを作ろう	9:30 - 12:30	3:00	鈴木 淑子		6
長者	女性学級	5月28日	(水)	手工芸	ラペリスフラワー教室	チューリップの飾りを作ろう	9:30 - 12:30	3:00	鈴木 淑子		6
長者	市民学校	5月19日	(月)	音楽	コーラス教室	楽しく歌おう	10:00 - 12:00	2:00	小玉 寿子		15
長者	市民学校	5月26日	(月)	音楽	コーラス教室	楽しく歌おう	10:00 - 12:00	2:00	小玉 寿子		15
田面木	公民館活動教室	5月12日	(月)	自然	園芸教室	多肉植物の寄せ植えを作ろう	10:00 - 12:00	2:00	とみたん農園 富田 優子		10
田面木	公民館活動教室	5月23日	(金)	教養	メディカルハーブで リラックス	身近なハーブを使ってみよう	13:30 - 15:30	2:00	大島 望		10
田面木	高齢者教室	5月16日	(金)	健康	体軸体操教室	正しい身体の使い方を学ぼう	10:00 - 12:00	2:00	橘 舞		15

公民館名	学級名	月 日	曜日	分類	講座名	内 容	時間	学習 時間	講師	メ モ	募集 人数
田面木	高齢者教室	5月26日	(月)	スポーツ	グラウンドゴルフ	第45回グラウンドゴルフ大会	13:30 - 15:30	2:00	公民館館長		25
市川	高齢者教室	5月20日	(火)	その他	開講式・講話	開講式・市川地域について	10:00 - 12:00	2:00	市川駐在所 所長 田村 彰隆		30
市川	市民学校	5月16日	(金)	料理	お菓子作り	市川いちごでいちごスイーツを作ろう	10:00 - 12:00	2:00	お菓子の家 リーベシムラ 代表 志村 一雄		8
市川	家庭教育学級	5月22日	(木)	家庭教育	キッズ教室	未就学児と親子が一緒に触れ合う	10:00 - 11:00	1:00	認定こども園 轟木保育園		30
南浜	高齢者教室	5月19日	(月)	料理	料理教室	おうちごはんを作ろう	10:00 - 12:00	2:00	松本 圭央里	深久保生活館	10
南浜	市民学校	5月17日	(土)	健康	ヨガ教室	はじめてさんのヨガ入門	10:00 - 12:00	2:00	吉田 加奈子		10
南浜	市民学校	5月29日	(木)	教養	相続講座	相続登記の義務化について学ぼう	10:00 - 12:00	2:00	佐々木 博一		15
根岸	公民館活動教室	5月8日	(木)	スポーツ	卓球教室	卓球のレベルアップと体力作り	10:00 - 12:00	2:00	佐藤 菊光		15
根岸	公民館活動教室	5月15日	(木)	健康	ヨガ教室	ヨガでリフレッシュ	10:00 - 12:00	2:00	吉田 加奈子		15
根岸	公民館活動教室	5月22日	(木)	健康	ヨガ教室	ヨガでリフレッシュ	10:00 - 12:00	2:00	吉田 加奈子		15
根岸	女性学級	5月13日	(火)	伝統文化	南部菱刺し教室	ポケットティッシュ入れを作ろう	10:00 - 12:00	2:00	南部菱刺し 西野刺っ娘の会		8
根岸	女性学級	5月20日	(火)	伝統文化	南部菱刺し教室	ポケットティッシュ入れを作ろう	10:00 - 12:00	2:00	南部菱刺し 西野刺っ娘の会		8
根岸	女性学級	5月27日	(火)	伝統文化	南部菱刺し教室	ポケットティッシュ入れを作ろう	10:00 - 12:00	2:00	南部菱刺し 西野刺っ娘の会		8
根岸	高齢者教室	5月12日	(月)	教養	わたしと家族の 「そうぞく」講座	「相続」と「争族」のはなし	10:00 - 12:00	2:00	明治安田		10
根岸	市民学校	5月21日	(水)	健康	楽々運動教室	健康づくり	13:30 - 15:30	2:00	エスプロモ(株)		15
根岸	市民学校	5月7日	(水)	音楽	おもてなしライブ	音楽で脳トレ	13:30 - 14:30	1:00	市川・根岸地区高齢者支 援センター ミライフル		10
根岸	市民学校	5月9日	(金)	茶道	わくわく講座	お抹茶を点ててみよう	10:00 - 12:00	2:00	根岸公民館 茶道クラブ		8
根岸	市民学校	5月14日	(水)	教養	歴史講座	幕末の八戸藩	10:00 - 12:00	2:00	八戸市博物館 野沢 江梨華		15
根岸	市民IT講習会	5月28日	(水)	ICT	スマホ講座	スマホ講座(基本編)	13:30 - 15:30	2:00	(特非)IT事業センター はちのへ		6
根岸	市民IT講習会	5月29日	(木)	ICT	スマホ講座	スマホ講座(基本編)	13:30 - 15:30	2:00	(特非)IT事業センター はちのへ		6
根岸	市民IT講習会	5月30日	(金)	ICT	スマホ講座	スマホ講座(基本編)	13:30 - 15:30	2:00	(特非)IT事業センター はちのへ		6
白銀南	女性学級	5月19日	(月)	手工芸	エコクラフト教室	石畳編みの籠バッグ作り	10:00 - 12:00	2:00	竹本 清		8
白銀南	高齢者教室	5月22日	(木)	健康	介護予防教室	聴いて歌って脳を活性化	10:00 - 12:00	2:00	塚原 明美 佐々木 厚子		15
白銀南	高齢者教室	5月26日	(月)	健康	いきいき教室	声出し健康法	10:00 - 12:00	2:00	白銀南公民館 館長		15

公民館名	学級名	月日	曜日	分類	講座名	内 容	時間	学習時間	講師	メモ	募集人数
東	公民館活動教室	5月19日	(月)	健康	ストレッチ&ズンパゴールド教室	初心者も体力に自信のない人もラテンのリズムを楽しもう	13:00 - 15:00	2:00	伊原 真寿美		20
東	公民館活動教室	5月26日	(月)	健康	ストレッチ&ズンパゴールド教室	初心者も体力に自信のない人もラテンのリズムを楽しもう	13:00 - 15:00	2:00	伊原 真寿美		20
東	公民館活動教室	5月27日	(火)	自然	寄せ植え教室	春の寄せ植え	13:30 - 14:30	1:00	(株)花生植物園		20
東	市民学校	5月7日	(水)	音楽	音楽鑑賞教室	ハーモニカの音色を楽しみましょう	10:00 - 11:00	1:00	吉！福三 左館 武司 他2名	福沢 勝義 大谷 裕子	30
東	市民IT講習会	5月14日	(水)	ICT	スマホ教室	スマホの基本操作を学ぼう	10:00 - 12:00	2:00	ワラビノーツ 藤 加奈子		6
東	市民IT講習会	5月15日	(木)	ICT	スマホ教室	スマホの基本操作を学ぼう	10:00 - 12:00	2:00	ワラビノーツ 藤 加奈子		6
東	市民IT講習会	5月16日	(金)	ICT	スマホ教室	スマホの基本操作を学ぼう	10:00 - 12:00	2:00	ワラビノーツ 藤 加奈子		6
白山台	高齢者教室	5月26日	(月)	手工芸	木版画	木版画体験	10:00 - 12:00	2:00	小田桐 常夫		10
白山台	市民学校	5月15日	(木)	教養	ビジョントレーニング	数字ゲームで楽しいひととき	10:00 - 11:00	1:00	久慈 和枝		10
南郷	公民館活動教室	5月20日	(火)	料理	料理教室	スコーンと紅茶を楽しもう	10:00 - 12:00	2:00	難波 留依子		16
南郷	女性学級	5月16日	(金)	踊り(和)	新舞踊教室	歌謡曲にあわせて踊りましょう	14:00 - 16:00	2:00	若柳 貴美邦		12
南郷	女性学級	5月23日	(金)	踊り(和)	新舞踊教室	歌謡曲にあわせて踊りましょう	14:00 - 16:00	2:00	若柳 貴美邦		12
南郷	女性学級	5月30日	(金)	踊り(和)	新舞踊教室	歌謡曲にあわせて踊りましょう	14:00 - 16:00	2:00	若柳 貴美邦		12
南郷	高齢者教室	5月28日	(水)	教養	おもしろ講話	人気コラム集「わの言いたい放題」を聞く	10:00 - 12:00	2:00	高橋 芳久		20
南郷	市民IT講習会	5月9日	(金)	ICT	スマホ教室	基本を学ぼう	9:30 - 12:30	3:00	ワラビノーツ 藤 加奈子		8
瑞豊館	公民館活動教室	5月15日	(木)	手工芸	PPバンド教室	PPバンドでバッグを作りましょう	9:00 - 12:00	3:00	柏崎 隆子		10
瑞豊館	公民館活動教室	5月22日	(木)	手工芸	PPバンド教室	PPバンドでバッグを作りましょう	9:00 - 12:00	3:00	柏崎 隆子		10
瑞豊館	公民館活動教室	5月29日	(木)	手工芸	PPバンド教室	PPバンドでバッグを作りましょう	9:00 - 12:00	3:00	柏崎 隆子		10
瑞豊館	女性学級	5月13日	(火)	その他	ビューティー講座	春のスキンケア&ヘッドマッサージ	13:30 - 15:30	2:00	(株)アルソアデフィ 小田桐 瑞恵		8
瑞豊館	高齢者教室	5月9日	(金)	健康	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	10:00 - 12:00	2:00	高山 清美		10
瑞豊館	高齢者教室	5月16日	(金)	健康	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	10:00 - 12:00	2:00	高山 清美		10
瑞豊館	市民学校	5月12日	(月)	料理	和菓子作り	和菓子に挑戦しましょう	10:00 - 12:00	2:00	(名)菓子処 丸美屋		10