

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	6月13日	(金)	スポーツ	小中野にここに教室 「レクリエーション」	笑顔が一番！心の元気づくり	10:00 — 12:00	2:00	沼田 幸子		20
小中野	女性学級	6月3日	(火)	手工芸	藤手芸教室	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	6月10日	(火)	手工芸	藤手芸教室	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	6月23日	(月)	健康	体操教室	『冷え・むくみ・腰痛』体調を改善しよう	10:00 — 12:00	2:00	廣谷 洋子		16
小中野	女性学級	6月30日	(月)	健康	体操教室	『冷え・むくみ・腰痛』体調を改善しよう	10:00 — 12:00	2:00	廣谷 洋子		16
小中野	高齢者教室	6月12日	(木)	健康	八千草大学 「体操」	笑って楽しく体をほぐす	13:30 — 15:30	2:00	高山 清美		20
小中野	高齢者教室	6月26日	(木)	教養	八千草大学 「講話」	からだのなかから元気に いきいき血管講座	13:30 — 15:30	2:00	明治安田生命		20
小中野	市民学校	6月10日	(火)	料理	カフェ教室	プロから学ぶ珈琲の楽しみ方	13:30 — 15:30	2:00	ドトールコーヒー		16
小中野	市民学校	6月16日	(月)	料理	料理教室	家庭でできるなんちゃって 北京ダックと冷たいまぜそば作り	10:00 — 12:00	2:00	八戸プラザホテル 須田 忠幸		16
小中野	市民学校	6月27日	(金)	手工芸	シーグラス教室	シーグラスが彩るフォトフレーム作り	10:00 — 12:00	2:00	笹本 恵理		10
小中野	市民IT講習会	6月18日	(水)	ICT	スマホ講座	スマホの機能を知り使いこなそう	9:00 — 12:00	3:00	みらいクリエイド 森 淑乃		8
小中野	市民IT講習会	6月19日	(木)	ICT	スマホ講座	スマホの機能を知り使いこなそう	9:00 — 12:00	3:00	みらいクリエイド 森 淑乃		8
小中野	市民IT講習会	6月20日	(金)	ICT	スマホ講座	スマホの機能を知り使いこなそう	9:00 — 12:00	3:00	みらいクリエイド 森 淑乃		8
白銀	公民館活動教室	6月4日	(水)	テーブル ゲーム	健康マージャン教室	健康マージャンで楽しく脳トレ	9:30 — 12:30	3:00	音喜多 彰治		24
白銀	公民館活動教室	6月11日	(水)	テーブル ゲーム	健康マージャン教室	健康マージャンで楽しく脳トレ	9:30 — 12:30	3:00	音喜多 彰治		24
白銀	公民館活動教室	6月18日	(水)	テーブル ゲーム	健康マージャン教室	健康マージャンで楽しく脳トレ	9:30 — 12:30	3:00	音喜多 彰治		24
白銀	公民館活動教室	6月25日	(水)	テーブル ゲーム	健康マージャン教室	健康マージャンで楽しく脳トレ	9:30 — 12:30	3:00	音喜多 彰治		24
白銀	女性学級	6月2日	(月)	健康	フィットネスウォーキング 教室	正しい歩き方で健康づくり	10:00 — 12:00	2:00	丸岡 信子		15
白銀	女性学級	6月9日	(月)	健康	フィットネスウォーキング 教室	正しい歩き方で健康づくり	10:00 — 12:00	2:00	丸岡 信子		15
白銀	女性学級	6月23日	(月)	手工芸	まゆ玉クラフト教室	可愛いペンギンを作ってガラスに飾って みよう	10:00 — 12:00	2:00	西村 かず子		9
白銀	高齢者教室	6月5日	(木)	健康	浜通り高齢者教室 in 湊公民館	体操 いすを使って楽しく筋力アップ	10:00 — 12:00	2:00	小西池 郁子	鮫公民館・白銀公民館・湊公 民館と共催	10
白銀	高齢者教室	6月12日	(木)	健康	浜通り高齢者教室 in 鮫公民館	体操 フレイル予防体操	10:00 — 12:00	2:00	関下 和彦	鮫公民館・白銀公民館・湊公 民館と共催	6
白銀	高齢者教室	6月19日	(木)	教養	浜通り高齢者教室 in 鮫公民館	講演 楽しく生きるための終活講座	10:00 — 12:00	2:00	佐々木 博一	鮫公民館・白銀公民館・湊公 民館と共催	20
白銀	高齢者教室	6月26日	(木)	教養	浜通り高齢者教室 in 白銀公民館	講演 ストップ!! オレオレ詐欺	10:30 — 12:30	2:00	東北財務局 青森財務事務所理財課	鮫公民館・白銀公民館・湊公 民館と共催	20

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
白銀	市民学校	6月5日	(木)	料理	料理教室	鯖トマトカレー&旬の新たまレシピ	10:00 — 13:00	3:00	追切 裕子		11
白銀	市民学校	6月13日	(金)	健康	シェイプアップ教室	たくさん汗を流して代謝を上げよう	19:00 — 20:00	1:00	CHIE		15
白銀	市民学校	6月27日	(金)	健康	シェイプアップ教室	たくさん汗を流して代謝を上げよう	19:00 — 20:00	1:00	CHIE		15
鮫	女性学級	6月3日	(火)	手工芸	着物リメイク教室	着物をリメイクしてベストを作ろう	9:30 — 12:30	3:00	川村 則子		6
鮫	女性学級	6月10日	(火)	手工芸	着物リメイク教室	着物をリメイクしてベストを作ろう	9:30 — 12:30	3:00	川村 則子		6
鮫	女性学級	6月17日	(火)	手工芸	着物リメイク教室	着物をリメイクしてベストを作ろう	9:30 — 12:30	3:00	川村 則子		6
鮫	女性学級	6月24日	(火)	手工芸	シーグラス教室	シーグラスに触れ、作品作りを楽しもう	9:30 — 12:30	3:00	笹本 恵里		6
鮫	高齢者教室	6月5日	(木)	健康	浜通り高齢者教室 in 湊公民館	体操 いすを使って楽しく筋力アップ	10:00 — 12:00	2:00	小西池 郁子	鮫公民館・白銀公民館・湊公 民館と共催	10
鮫	高齢者教室	6月12日	(木)	健康	浜通り高齢者教室 in 鮫公民館	体操 フレイル予防体操	10:00 — 12:00	2:00	関下 和彦	鮫公民館・白銀公民館・湊公 民館と共催	6
鮫	高齢者教室	6月19日	(木)	教養	浜通り高齢者教室 in 鮫公民館	講演 楽しく生きるための終活講座	10:00 — 12:00	2:00	佐々木 博一	鮫公民館・白銀公民館・湊公 民館と共催	20
鮫	高齢者教室	6月26日	(木)	教養	浜通り高齢者教室 in 白銀公民館	講演 ストップ!! オレオレ詐欺	10:30 — 12:30	2:00	東北財務局 青森財務事務所理財課	鮫公民館・白銀公民館・湊公 民館と共催	20
鮫	市民学校	6月4日	(水)	手工芸	籐手芸教室	籐で素敵なブローチを作ろう	10:00 — 12:00	2:00	石橋 桂子		8
鮫	市民学校	6月18日	(水)	手工芸	籐手芸教室	籐で素敵なブローチを作ろう	10:00 — 12:00	2:00	石橋 桂子		8
鮫	市民学校	6月11日	(水)	手工芸	羊毛フェルト教室	アニマルバッジを作ろう	10:00 — 12:00	2:00	小向 詩子		8
鮫	市民学校	6月13日	(金)	健康	大人シナプソロジー	身体を動かしながら脳も鍛えよう	10:00 — 12:00	2:00	高山 清美		15
鮫	市民IT講習会	6月5日	(木)	ICT	スマホ初級講座	スマホの基本&初心者の困りごと解決	13:00 — 15:00	2:00	(特非)IT事業センター はちのへ		6
鮫	市民IT講習会	6月6日	(金)	ICT	スマホ初級講座	スマホの基本&初心者困りごと解決	13:00 — 15:00	2:00	(特非)IT事業センター はちのへ		6
上長	高齢者教室	6月4日	(水)	音楽	ゆう遊開講式コンサート	クラブの演奏を鑑賞しよう	10:00 — 12:00	2:00	上長自主クラブ 公民館職員		35
上長	高齢者教室	6月18日	(水)	健康	3B体操教室	3B体操で楽しく身体を動かそう	10:00 — 12:00	2:00	佐々木 美智子		25
上長	高齢者教室	6月25日	(水)	音楽	ハルモニアコンサート	ハルモニアによるコンサートを楽しもう	10:00 — 12:00	2:00	ハルモニア 杉本 孝幸・杉本 洋子	市民学校と共催	25
上長	市民学校	6月9日	(月)	手工芸	クラフトバンド教室	クラフトバンドでティッシュカバーを作ろ う	10:00 — 12:00	2:00	和嶋 和家子		8
上長	市民学校	6月16日	(月)	手工芸	クラフトバンド教室	クラフトバンドでティッシュカバーを作ろ う	10:00 — 12:00	2:00	和嶋 和家子		8
上長	市民学校	6月23日	(月)	手工芸	クラフトバンド教室	クラフトバンドでティッシュカバーを作ろ う	10:00 — 12:00	2:00	和嶋 和家子		8
上長	市民学校	6月25日	(水)	音楽	ハルモニアコンサート	ハルモニアによるコンサートを楽しもう	10:00 — 12:00	2:00	ハルモニア 杉本 孝幸・杉本 洋子	高齢者教室と 共催	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	移動公民館	6月11日	(水)	健康	笹ノ沢移動教室	身体を動かし健康維持	10:00 — 12:00	2:00	大久保 幸恵	笹ノ沢生活館	10
柏崎	公民館活動教室	6月23日	(月)	教養	We Love 柏崎 ビューティー講座	ヘッドマッサージでリフレッシュ	10:00 — 12:00	2:00	(株)アルソア デフィ 小田桐 瑞恵		8
柏崎	公民館活動教室	6月30日	(月)	教養	歴史講話	歴史から紐解く「三社大祭」について	10:00 — 12:00	2:00	柏井 容子		20
柏崎	高齢者教室	6月3日	(火)	手工芸	かぎ針編み教室	「麻×裂き編みバッグ」を作ろう	9:00 — 12:00	3:00	木村 まゆみ		10
柏崎	高齢者教室	6月10日	(火)	手工芸	かぎ針編み教室	「麻×裂き編みバッグ」を作ろう	9:00 — 12:00	3:00	木村 まゆみ		10
柏崎	高齢者教室	6月17日	(火)	手工芸	かぎ針編み教室	「麻×裂き編みバッグ」を作ろう	9:00 — 12:00	3:00	木村 まゆみ		10
柏崎	市民学校	6月4日	(水)	教養	We Love 柏崎 ふるさとの歴史講座	八戸市の文化財を探る	10:00 — 12:00	2:00	藤田 俊雄		20
柏崎	市民学校	6月25日	(水)	自然	園芸教室	多肉植物の寄せ植え	10:00 — 12:00	2:00	富田 優子		6
大館	公民館活動教室	6月7日	(土)	手工芸	手芸教室	サプライズボックスを作ってみよう	10:00 — 13:00	3:00	堰合 和子 中村 テル		20
大館	公民館活動教室	6月8日	(日)	手工芸	手芸教室	ペーパークイリングの素材でカードを作ろう	10:00 — 13:00	3:00	白石 承子 神山 澄子		20
大館	女性学級	6月27日	(金)	料理	料理教室	アレンジパンを作ろう	9:30 — 12:30	3:00	管野 泰明		16
大館	市民学校	6月20日	(金)	教養	歴史教室	南部氏の歴史	10:00 — 12:00	2:00	八戸市立図書館 滝尻 侑貴		20
大館	市民学校	6月2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	6月3日	(火)	自然	寄せ植え教室	初夏の寄せ植え	10:00 — 12:00	2:00	㈱花生植物園		20
大館	家庭教育学級	6月8日	(日)	家庭教育	パソコン教室	プログラミングで遊ぼう	10:00 — 13:00	3:00	(特非)IT事業センター はちのへ		30
大館	家庭教育学級	6月6日	(金)	家庭教育	共催講座 新井田小学校	3年生 大館の昔話	13:30 — 14:30	1:00	鳥谷部 武史 白石 承子		90
大館	家庭教育学級	6月10日	(火)	家庭教育	共催講座 新井田小学校	4年生 歴史看板フィールドワーク	9:00 — 12:00	3:00	大館地区自治振興会		90
大館	家庭教育学級	6月24日	(火)	家庭教育	共催講座 新井田小学校	3年生 ふるさと大館を知る	10:30 — 11:30	1:00	大館地区自治振興会		90
大館	家庭教育学級	6月16日	(月)	家庭教育	共催講座 大館児童館	サッカーを楽しもう	14:00 — 15:00	1:00	(一社)青森県サッカー協会		40
大館	家庭教育学級	6月19日	(木)	家庭教育	共催講座 大館児童館	サッカーを楽しもう	15:00 — 16:00	1:00	(一社)青森県サッカー協会		40
下長	公民館活動教室	6月12日	(木)	手工芸	エコクラフト	ステキなバッグを作ってみよう	13:00 — 15:00	2:00	金見 純子		6
下長	公民館活動教室	6月19日	(木)	手工芸	エコクラフト	ステキなバッグを作ってみよう	13:00 — 15:00	2:00	金見 純子		6
下長	公民館活動教室	6月26日	(木)	手工芸	エコクラフト	ステキなバッグを作ってみよう	13:00 — 15:00	2:00	金見 純子		6
下長	女性学級	6月23日	(月)	手工芸	ハワイアンキルト	フェルトで楽しむハワイアン小物	10:00 — 12:00	2:00	松倉 真由美		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
下長	女性学級	6月30日	(月)	手工芸	ハワイアンキルト	フェルトで楽しむハワイアン小物	10:00 — 12:00	2:00	松倉 真由美		10
下長	市民学校	6月24日	(火)	音楽	ミニコンサート	世界の名曲・日本の名曲	10:00 — 12:00	2:00	ハルモニア 杉本 孝幸・杉本 洋子		20
下長	市民IT講習会	6月5日	(木)	ICT	スマホ教室 I	初級 基本的な使い方を学ぼう	10:00 — 12:00	2:00	ワラビノーツ 藤 加奈子		8
下長	市民IT講習会	6月6日	(金)	ICT	スマホ教室 I	初級 基本的な使い方を学ぼう	10:00 — 12:00	2:00	ワラビノーツ 藤 加奈子		8
下長	市民IT講習会	6月9日	(月)	ICT	スマホ教室 I	中級 ラインの使い方を学ぼう	10:00 — 12:00	2:00	ワラビノーツ 藤 加奈子		8
下長	市民IT講習会	6月10日	(火)	ICT	スマホ教室 I	中級 ラインの使い方を学ぼう	10:00 — 12:00	2:00	ワラビノーツ 藤 加奈子		8
吹上	公民館活動教室	6月4日	(水)	手工芸	洋裁リフォーム教室	古布でパンツづくり	9:30 — 12:30	3:00	佐藤 千鶴子		10
吹上	公民館活動教室	6月11日	(水)	手工芸	洋裁リフォーム教室	古布でパンツづくり	9:30 — 12:30	3:00	佐藤 千鶴子		10
吹上	公民館活動教室	6月25日	(水)	手工芸	洋裁リフォーム教室	古布でパンツづくり	9:30 — 12:30	3:00	佐藤 千鶴子		10
吹上	女性学級	6月5日	(木)	健康	腸もみ健康教室	自分でできる腸もみ健康法	10:00 — 12:00	2:00	堀米 裕子	女性限定	8
吹上	女性学級	6月12日	(木)	健康	腸もみ健康教室	自分でできる腸もみ健康法	10:00 — 12:00	2:00	堀米 裕子	女性限定	8
吹上	高齢者教室	6月18日	(水)	健康	健康体操教室	フレイル予防体操 「虚弱体質にならないために」	10:00 — 12:00	2:00	関下 和彦		20
吹上	市民学校	6月24日	(火)	料理	健康料理教室	作り置きできる 高タンパク低カロリーメニュー	10:00 — 13:00	3:00	追切 裕子		16
吹上	家庭教育学級	6月16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
湊	公民館活動教室	6月3日	(火)	手工芸	トールペイント教室	ステンシルでトールペイント	10:00 — 12:00	2:00	西久保 眞美		10
湊	公民館活動教室	6月10日	(火)	手工芸	トールペイント教室	ステンシルでトールペイント	10:00 — 12:00	2:00	西久保 眞美		10
湊	公民館活動教室	6月17日	(火)	手工芸	トールペイント教室	ステンシルでトールペイント	10:00 — 12:00	2:00	西久保 眞美		10
湊	公民館活動教室	6月19日	(木)	伝統文化	藍染教室	藍染でのれん作り	9:00 — 12:00	3:00	大橋 陽子		10
湊	公民館活動教室	6月20日	(金)	伝統文化	藍染教室	藍染でのれん作り	9:00 — 12:00	3:00	大橋 陽子		10
湊	公民館活動教室	6月27日	(金)	伝統文化	藍染教室	藍染でのれん作り	9:00 — 12:00	3:00	大橋 陽子		10
湊	女性学級	6月2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しましょう	10:00 — 12:00	2:00	鈴木 淑子		6
湊	女性学級	6月9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しましょう	10:00 — 12:00	2:00	鈴木 淑子		6
湊	女性学級	6月16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しましょう	10:00 — 12:00	2:00	鈴木 淑子		6
湊	女性学級	6月23日	(月)	伝統文化	南部菱刺し教室	南部菱刺しの壁掛けを作しましょう	9:00 — 12:00	3:00	南部菱刺し 西野刺っ娘の会		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
湊	高齢者教室	6月5日	(木)	健康	浜通り高齢者教室 in 湊公民館	体操 いすを使って楽しく筋力アップ	10:00 — 12:00	2:00	小西池 郁子	鮫公民館・白銀公民館・湊公民館と共催	10
湊	高齢者教室	6月12日	(木)	健康	浜通り高齢者教室 in 鮫公民館	体操 フレイル予防体操	10:00 — 12:00	2:00	関下 和彦	鮫公民館・白銀公民館・湊公民館と共催	6
湊	高齢者教室	6月19日	(木)	教養	浜通り高齢者教室 in 鮫公民館	講演 楽しく生きるための終活講座	10:00 — 12:00	2:00	佐々木 博一	鮫公民館・白銀公民館・湊公民館と共催	20
湊	高齢者教室	6月26日	(木)	教養	浜通り高齢者教室 in 白銀公民館	講演 ストップ!! オレオレ詐欺	10:30 — 12:30	2:00	東北財務局 青森財務事務所理財課	鮫公民館・白銀公民館・湊公民館と共催	20
湊	市民学校	6月11日	(水)	健康	健康教室	ひざの痛みを改善しましょう	10:00 — 12:00	2:00	向井 聡洋		10
湊	市民学校	6月30日	(月)	手工芸	プリザーブドフラワー 教室	お花でインテリア作り	9:00 — 12:00	3:00	大澤 幸子		10
湊	家庭教育学級	6月24日	(火)	家庭教育	寄せ植え教室	春の寄せ植えを楽しみましょう	10:00 — 12:00	2:00	(株)花生植物園		20
是川	公民館活動教室	6月3日	(火)	自然	寄せ植え教室	春のお花で寄せ植えを楽しもう	13:30 — 15:30	2:00	(株)花生植物園		16
是川	公民館活動教室	6月5日	(木)	料理	味噌作り教室	美味しい手作り味噌を作ろう	13:30 — 15:30	2:00	甲文醤油(名)		12
是川	公民館活動教室	6月19日	(木)	料理	こねずに簡単 ちぎりパンとチーズ作り	簡単なのに絶品!	10:00 — 12:00	2:00	なちゅらるBaseじゃむ 柴田 かずえ		8
是川	高齢者教室	6月4日	(水)	手工芸	ラタン教室	ラタンでりんご型の小物入れを作ろう	13:00 — 15:00	2:00	佐藤 かおる		8
是川	高齢者教室	6月11日	(水)	手工芸	ラタン教室	ラタンでりんご型の小物入れを作ろう	13:00 — 15:00	2:00	佐藤 かおる		8
是川	高齢者教室	6月18日	(水)	手工芸	ラタン教室	ラタンでりんご型の小物入れを作ろう	13:00 — 15:00	2:00	佐藤 かおる		8
是川	高齢者教室	6月25日	(水)	手工芸	ラタン教室	ラタンでりんご型の小物入れを作ろう	13:00 — 16:00	3:00	佐藤 かおる		8
是川	市民学校	6月4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しましょう	9:00 — 12:00	3:00	小川 信子		5
是川	市民学校	6月12日	(木)	手工芸	カルトナーージュ教室	ステキなお葉手帳を作しましょう	10:00 — 12:00	2:00	秋村 由美子		10
是川	市民学校	6月13日	(金)	手工芸	糸かけアート教室	糸で描くアート作品づくり	9:00 — 12:00	3:00	花鳥風月堂 関下 千佳子		8
是川	市民IT講習会	6月26日	(木)	ICT	スマホ教室	スマートフォンの身を守る知識を学んで 不安を解消しよう	10:00 — 12:00	2:00	みらいクリエイド 森 淑乃		10
是川	市民IT講習会	6月27日	(金)	ICT	スマホ教室	スマートフォンの身を守る知識を学んで 不安を解消しよう	10:00 — 12:00	2:00	みらいクリエイド 森 淑乃		10
館	公民館活動教室	6月4日	(水)	手工芸	南部菱刺し教室	インテリア小物を作ろう	10:00 — 12:00	2:00	南部菱刺し 西野刺っ娘の会		8
館	公民館活動教室	6月11日	(水)	手工芸	南部菱刺し教室	インテリア小物を作ろう	10:00 — 12:00	2:00	南部菱刺し 西野刺っ娘の会		8
館	公民館活動教室	6月18日	(水)	手工芸	南部菱刺し教室	インテリア小物を作ろう	10:00 — 12:00	2:00	南部菱刺し 西野刺っ娘の会		8
館	女性学級	6月20日	(金)	料理	腸活教室 ～発酵調味料作り～	使い勝手の良い塩こうじと味噌をつくり ます	10:00 — 12:00	2:00	堀米 睦子		12
館	高齢者教室	6月26日	(木)	健康	健口体操と栄養の話	フレイル予防で元気にすごそう	10:00 — 11:00	1:00	八戸市食生活改善推進員		30

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	市民学校	6月5日	(木)	料理	きんか餅	郷土の懐かしいお菓子を作ろう	10:00 — 12:00	2:00	JA八戸 女性部		12
根城	公民館活動教室	6月27日	(金)	料理	郷土料理教室	ばほりもち作り	10:00 — 12:00	2:00	山本 康子		16
根城	青年学級	6月11日	(水)	教養	開講式 (一般公開講座)	記念講演「今を生きる」	19:00 — 21:00	2:00	榎谷 伸夫		40
根城	青年学級	6月25日	(水)	料理	料理教室	季節の素材で楽しくクッキング	19:00 — 21:00	2:00	沢野 節子		25
根城	女性学級	6月2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	女性学級	6月16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	6月6日	(金)	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	6月26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	市民学校	6月17日	(火)	自然	寄せ植え教室	ハイドロカルチャーに観葉植物を	14:00 — 15:00	1:00	久保 亜子		10
根城	市民学校	6月20日	(金)	手工芸	伝統工芸教室	八戸焼陶芸にチャレンジ	10:00 — 12:00	2:00	渡邊 真樹		10
根城	家庭教育学級	6月1日	(日)	家庭教育	ねこたね協力講座	根城Walking	10:00 — 12:00	2:00	公民館館長	根城地区内	40
根城	家庭教育学級	6月13日	(金)	家庭教育	ママ&ベビー教室	スキンシップ体操	10:00 — 12:00	2:00	川口 太陽		20
根城	家庭教育学級	6月14日	(土)	家庭教育	ウルスラ出前講座	ふれあいコンサート	14:00 — 15:00	1:00	関根 光善 加藤 優		40
根城	家庭教育学級	6月18日	(水)	家庭教育	フラワー教室	楽しくお花を生けてみよう	10:00 — 12:00	2:00	土橋 チエ		5
根城	市民IT講習会	6月5日	(木)	ICT	スマホ初級講座	基本操作 入門編	10:00 — 12:00	2:00	ワラビノーツ 蕨 加奈子		6
根城	市民IT講習会	6月6日	(金)	ICT	スマホ初級講座	基本操作 入門編	10:00 — 12:00	2:00	ワラビノーツ 蕨 加奈子		6
根城	市民IT講習会	6月24日	(火)	ICT	パソコン教室	写真の取り込み方を学ぼう	13:30 — 15:30	2:00	まちのパソコン屋さん 須藤 拓哉		6
根城	市民IT講習会	6月25日	(水)	ICT	パソコン教室	写真の取り込み方を学ぼう	13:30 — 15:30	2:00	まちのパソコン屋さん 須藤 拓哉		6
三八城	公民館活動教室	6月20日	(金)	音楽	三八城にこにこ教室	音楽で楽しく脳トレーニング	10:00 — 12:00	2:00	塚原 明美 佐々木 厚子		20
三八城	女性学級	6月10日	(火)	自然	春の寄せ植え教室	季節の花を寄せ植えしよう	13:00 — 15:00	2:00	(株)花生植物園		12
三八城	女性学級	6月30日	(月)	踊り(和)	盆踊り教室	郷土の踊りをおぼえよう	13:30 — 15:30	2:00	源波 フサ		20
三八城	高齢者教室	6月2日	(月)	手工芸	張り子教室	和紙をちぎって丸い羊の張り子を作ろう	9:30 — 12:30	3:00	金見 喜久		5
三八城	高齢者教室	6月9日	(月)	手工芸	張り子教室	和紙をちぎって丸い羊の張り子を作ろう	10:00 — 12:00	2:00	金見 喜久		5
三八城	高齢者教室	6月16日	(月)	手工芸	張り子教室	和紙をちぎって丸い羊の張り子を作ろう	9:30 — 12:30	3:00	金見 喜久		5

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
三八城	市民学校	6月3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	市民IT講習会	6月18日	(水)	ICT	スマホ教室	基本から学びスマホを便利に使おう	10:00 — 12:00	2:00	ワラビノーツ 蕨 加奈子		8
三八城	市民IT講習会	6月19日	(木)	ICT	スマホ教室	基本から学びスマホを便利に使おう	10:00 — 12:00	2:00	ワラビノーツ 蕨 加奈子		8
三八城	市民IT講習会	6月25日	(水)	ICT	スマホ教室	基本から学びスマホを便利に使おう	10:00 — 12:00	2:00	ワラビノーツ 蕨 加奈子		8
三八城	市民IT講習会	6月26日	(木)	ICT	スマホ教室	基本から学びスマホを便利に使おう	10:00 — 12:00	2:00	ワラビノーツ 蕨 加奈子		8
江陽	公民館活動教室	6月30日	(月)	習字	筆文字アート教室	文字をアートのように描いてみよう	9:30 — 11:30	2:00	番沢 孝子		10
江陽	女性学級	6月27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	女性学級	6月3日	(火)	手工芸	クラフトバンド教室	マルシェバッグを作ろう【クラフトバンド】	9:00 — 12:00	3:00	和嶋 和家子		10
江陽	女性学級	6月10日	(火)	手工芸	クラフトバンド教室	マルシェバッグを作ろう【クラフトバンド】	9:00 — 12:00	3:00	和嶋 和家子		10
江陽	女性学級	6月17日	(火)	手工芸	クラフトバンド教室	マルシェバッグを作ろう【クラフトバンド】	9:00 — 12:00	3:00	和嶋 和家子		10
江陽	女性学級	6月24日	(火)	手工芸	クラフトバンド教室	マルシェバッグを作ろう【クラフトバンド】	9:00 — 12:00	3:00	和嶋 和家子		10
江陽	高齢者教室	6月2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	6月18日	(水)	健康	体操教室	体軸～体のバランスを整えよう	13:30 — 14:30	1:00	橘 舞		20
長者	公民館活動教室	6月16日	(月)	健康	体操教室	やさしい体操で体をほぐそう	10:00 — 12:00	2:00	小西池 郁子		8
長者	公民館活動教室	6月23日	(月)	健康	体操教室	やさしい体操で体をほぐそう	10:00 — 12:00	2:00	小西池 郁子		8
長者	女性学級	6月4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	6月11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	6月18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	6月25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	高齢者教室	6月24日	(火)	手工芸	編み物教室「バッグ」	麻&裂き布でバッグを編もう	9:00 — 12:00	3:00	木村 まゆみ		10
長者	市民学校	6月2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	6月9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IT講習会	6月5日	(木)	ICT	スマホ教室①	初歩から少しステップアップ	10:00 — 12:00	2:00	(特非)IT事業センター はちのへ		6
長者	市民IT講習会	6月6日	(金)	ICT	スマホ教室①	初歩から少しステップアップ	10:00 — 12:00	2:00	(特非)IT事業センター はちのへ		6

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
長者	市民IT講習会	6月19日	(木)	ICT	スマホ教室②	初歩から少しステップアップ	10:00 — 12:00	2:00	(特非)IT事業センター はちのへ		6
長者	市民IT講習会	6月20日	(金)	ICT	スマホ教室②	初歩から少しステップアップ	10:00 — 12:00	2:00	(特非)IT事業センター はちのへ		6
田面木	公民館活動教室	6月7日	(土)	踊り(和)	芸能鑑賞	石原舞踊会舞踊ショー	13:00 — 15:00	2:00	石原 定子		30
田面木	女性学級	6月26日	(木)	健康	腸もみマッサージ教室	腸もみで心も体も元気になろう	10:00 — 12:00	2:00	堀米 裕子	女性限定	6
田面木	高齢者教室	6月10日	(火)	健康	3B体操教室	ベルを使って3B体操をやってみよう	13:30 — 15:30	3:00	佐藤 佐智子		15
田面木	高齢者教室	6月17日	(火)	健康	3B体操教室	ベルを使って3B体操をやってみよう	13:30 — 15:30	3:00	佐藤 佐智子		15
田面木	市民学校	6月2日	(月)	手工芸	編み物教室	麻×裂き編みバッグを作ろう	9:00 — 12:00	3:00	charm 木村 まゆみ		10
田面木	市民学校	6月9日	(月)	手工芸	編み物教室	麻×裂き編みバッグを作ろう	9:00 — 12:00	3:00	charm 木村 まゆみ		10
田面木	市民学校	6月16日	(月)	手工芸	編み物教室	麻×裂き編みバッグを作ろう	9:00 — 12:00	3:00	charm 木村 まゆみ		10
田面木	市民学校	6月23日	(月)	教養	終活についてのお話	最近の供養方法やお墓事情	10:00 — 12:00	2:00	佐々木 博一		30
田面木	市民IT講習会	6月12日	(木)	ICT	スマホ教室 基本編	はじめてのスマホの使い方	10:00 — 12:00	2:00	ワラビノーツ 藤 加奈子		6
田面木	市民IT講習会	6月13日	(金)	ICT	スマホ教室 基本編	はじめてのスマホの使い方	10:00 — 12:00	2:00	ワラビノーツ 藤 加奈子		6
市川	公民館活動教室	6月27日	(金)	教養	浮世絵講座	浮世絵と江戸の文化を知ろう	10:00 — 12:00	2:00	街かどミュージアム 小倉 学		20
市川	女性学級	6月6日	(金)	手工芸	編み物教室	麻×裂き編みのバッグを作りましょう	9:00 — 12:00	3:00	木村 まゆみ		10
市川	女性学級	6月13日	(金)	手工芸	編み物教室	麻×裂き編みのバッグを作りましょう	9:00 — 12:00	3:00	木村 まゆみ		10
市川	女性学級	6月20日	(金)	手工芸	編み物教室	麻×裂き編みのバッグを作りましょう	9:00 — 12:00	3:00	木村 まゆみ		10
市川	高齢者教室	6月10日	(火)	健康	レクリエーションダンス 教室	健康について学びながら、リズムにあ わせて身体を動かしましょう	10:00 — 12:00	2:00	伊藤 甘美		20
市川	高齢者教室	6月24日	(火)	音楽	大正琴演奏会	大正琴の伴奏で楽しく一緒に歌いま しょう♪	10:00 — 12:00	2:00	大正琴すみれクラブ		30
市川	市民IT講習会	6月17日	(火)	ICT	パソコン教室	エクセルの基礎を学ぼう	13:00 — 16:00	3:00	まちのパソコン屋さん 須藤 拓哉		6
市川	市民IT講習会	6月18日	(水)	ICT	パソコン教室	エクセルの基礎を学ぼう	13:00 — 16:00	3:00	まちのパソコン屋さん 須藤 拓哉		6
南浜	公民館活動教室	6月17日	(火)	料理	和菓子作り	水まんじゅうと上生菓子を作ろう	10:00 — 12:00	2:00	(名)菓子処丸美屋		12
南浜	女性学級	6月11日	(水)	伝統文化	着付け教室	観光まつりにむけて着付けを覚えよう	19:00 — 21:00	2:00	種差海岸観光まつりもりあ げよう会	女性限定	20
南浜	女性学級	6月18日	(水)	踊り(和)	輪踊り教室	観光まつりに向けて練習しよう	19:00 — 21:00	2:00	種差海岸観光まつりもりあ げよう会		20
南浜	女性学級	6月25日	(水)	踊り(和)	輪踊り教室	観光まつりに向けて練習しよう	19:00 — 21:00	2:00	種差海岸観光まつりもりあ げよう会		20

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
南浜	家庭教育学級	6月14日	(土)	家庭教育	親子料理教室	親子でクッキングをしよう	10:00 — 13:00	3:00	八戸市食生活改善推進協議会		12
根岸	公民館活動教室	6月19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	6月9日	(月)	手工芸	念珠教室	オリジナルの念珠を作ろう	10:00 — 12:00	2:00	工藤 洋子		8
根岸	女性学級	6月3日	(火)	手工芸	パッチワーク教室	パッチワークで作品作り	9:30 — 12:30	3:00	田中 みどり		8
根岸	女性学級	6月10日	(火)	手工芸	パッチワーク教室	パッチワークで作品作り	10:00 — 12:00	2:00	田中 みどり		8
根岸	女性学級	6月24日	(火)	手工芸	パッチワーク教室	パッチワークで作品作り	9:30 — 12:30	3:00	田中 みどり		8
根岸	女性学級	6月25日	(水)	料理	料理教室 (ハヤシライス)	ハヤシライスを作ろう	10:00 — 12:00	2:00	八戸プラザホテル 須田 忠幸		20
根岸	高齢者教室	6月13日	(金)	スポーツ	グラウンドゴルフ大会	グラウンドゴルフを楽しむ	10:00 — 12:00	2:00	公民館館長		25
根岸	高齢者教室	6月17日	(火)	絵画	ゼンタングル教室	ゼンタングルでオリジナル作品	10:00 — 12:00	2:00	田名部 香居		6
根岸	市民学校	6月18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	6月4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	6月23日	(月)	手工芸	わくわく講座	ポーセラーツ教室	10:00 — 12:00	2:00	小崎 夏実		8
根岸	市民学校	6月11日	(水)	教養	歴史講座	根岸地区の民話と歴史	10:00 — 12:00	2:00	滝尻 善英		15
根岸	家庭教育学級	6月5日	(木)	家庭教育	わんぱくランド	体操教室	10:00 — 12:00	2:00	認定こども園 日計こども園		10
白銀南	女性学級	6月2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	女性学級	6月9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	女性学級	6月16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	女性学級	6月23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	女性学級	6月30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	女性学級	6月4日	(水)	踊り(洋)	フラダンス教室	フラダンスでシェイプアップ	14:00 — 15:00	1:00	(株)三沢総合チャーム スクール		15
白銀南	女性学級	6月11日	(水)	踊り(洋)	フラダンス教室	フラダンスでシェイプアップ	14:00 — 15:00	1:00	(株)三沢総合チャーム スクール		15
白銀南	女性学級	6月18日	(水)	踊り(洋)	フラダンス教室	フラダンスでシェイプアップ	14:00 — 15:00	1:00	(株)三沢総合チャーム スクール		15
白銀南	女性学級	6月25日	(水)	踊り(洋)	フラダンス教室	フラダンスでシェイプアップ	14:00 — 15:00	1:00	(株)三沢総合チャーム スクール		15
白銀南	高齢者教室	6月3日	(火)	健康	腸セルフケア教室	腸活で全身を整える	10:00 — 12:00	2:00	堀米 裕子		6

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
白銀南	高齢者教室	6月10日	(火)	健康	腸セルフケア教室	腸活で全身を整える	10:00 — 12:00	2:00	堀米 裕子		6
白銀南	市民学校	6月6日	(金)	健康	筋力アップ教室	筋膜リリースで筋力アップ	10:00 — 12:00	2:00	向井 聡洋		8
白銀南	市民学校	6月13日	(金)	健康	筋力アップ教室	筋膜リリースで筋力アップ	10:00 — 12:00	2:00	向井 聡洋		8
白銀南	市民学校	6月20日	(金)	健康	筋力アップ教室	筋膜リリースで筋力アップ	10:00 — 12:00	2:00	向井 聡洋		8
白銀南	市民学校	6月27日	(金)	健康	筋力アップ教室	筋膜リリースで筋力アップ	10:00 — 12:00	2:00	向井 聡洋		8
白銀南	家庭教育学級	6月18日	(水)	家庭教育	ホタル教室	ホタルを学ぼう	10:30 — 11:30	1:00	白銀南公民館 館長		65
東	女性学級	6月6日	(金)	手工芸	吊るし飾り教室	和布で作る夏の吊るし飾り	10:00 — 12:00	2:00	長塚 佳子		10
東	女性学級	6月13日	(金)	手工芸	吊るし飾り教室	和布で作る夏の吊るし飾り	10:00 — 12:00	2:00	長塚 佳子		10
東	女性学級	6月20日	(金)	手工芸	吊るし飾り教室	和布で作る夏の吊るし飾り	10:00 — 12:00	2:00	長塚 佳子		10
東	女性学級	6月23日	(月)	手工芸	リメイク教室	古着を使って帽子を作ろう	9:00 — 12:00	3:00	飼牛 道子		10
東	女性学級	6月30日	(月)	手工芸	リメイク教室	古着を使って帽子を作ろう	9:00 — 12:00	3:00	飼牛 道子		10
東	市民学校	6月18日	(水)	手工芸	PPバンド教室	ショルダーバッグを作ろう	9:30 — 12:30	3:00	柏崎 隆子		8
東	市民学校	6月25日	(水)	手工芸	PPバンド教室	ショルダーバッグを作ろう	9:30 — 12:30	3:00	柏崎 隆子		8
白山台	公民館活動教室	6月19日	(木)	語学	おもてなし英語	八戸名産の魚の名前を覚えよう	10:00 — 12:00	2:00	David Adam Dickson		10
白山台	女性学級	6月4日	(水)	手工芸	リフォーム	古着のリフォーム	10:00 — 12:00	2:00	三浦 ちゑ		10
白山台	女性学級	6月18日	(水)	手工芸	リフォーム	古着のリフォーム	10:00 — 12:00	2:00	三浦 ちゑ		10
白山台	高齢者教室	6月2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	高齢者教室	6月16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	高齢者教室	6月5日	(木)	料理	男子メシ	料理を学び隊 漬け物チャーハン、 インスタントラーメン野菜盛り	10:00 — 12:00	2:00	公民館職員		10
白山台	高齢者教室	6月13日	(金)	移動学習	自然散策	青葉湖等巡り	9:00 — 16:00	7:00	公民館職員		10
白山台	家庭教育学級	6月14日	(土)	家庭教育	学び隊(児童館)	水族館がやってきた	10:00 — 12:00	2:00	八戸市水産科学館 マリエント		10
白山台	市民IT講習会	6月16日	(月)	ICT	スマホの使い方初級編	スマホQ&A	10:00 — 12:00	2:00	(特非)IT事業センター はちのへ		7
白山台	市民IT講習会	6月17日	(火)	ICT	スマホの使い方初級編	スマホQ&A	10:00 — 12:00	2:00	(特非)IT事業センター はちのへ		7
南郷	公民館活動教室	6月3日	(火)	手工芸	陶芸教室	手回しろくろを体験しよう	13:00 — 16:00	3:00	杉山 道子		6

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
南郷	公民館活動教室	6月10日	(火)	手工芸	陶芸教室	手回しろくろを体験しよう	13:00 — 16:00	3:00	杉山 道子		6
南郷	公民館活動教室	6月24日	(火)	手工芸	陶芸教室	手回しろくろを体験しよう	13:00 — 15:00	2:00	杉山 道子		6
南郷	移動公民館	6月4日	(水)	自然	番屋 寄せ植え教室	春の寄せ植え	10:00 — 12:00	2:00	(株)花生植物園	南郷農村婦人の 家	10
南郷	移動公民館	6月14日	(土)	健康	南郷婦人会 体操教室	肩こり腰痛改善ストレッチ	10:00 — 12:00	2:00	高山 清美	市野沢共有財産 集会所	10
瑞豊館	公民館活動教室	6月5日	(木)	手工芸	PPバンド教室	PPバンドでバッグを作しましょう	9:00 — 12:00	3:00	柏崎 隆子		10
瑞豊館	公民館活動教室	6月12日	(木)	手工芸	PPバンド教室	PPバンドでバッグを作しましょう	9:00 — 12:00	3:00	柏崎 隆子		10
瑞豊館	公民館活動教室	6月3日	(火)	自然	寄せ植え	春の寄せ植えを楽しみましょう	14:00 — 15:00	1:00	(株)花生植物園		10
瑞豊館	高齢者教室	6月13日	(金)	健康	スポーツ吹矢	スポーツ吹矢を楽しみましょう	10:00 — 12:00	2:00	葛西 征三		10
瑞豊館	高齢者教室	6月20日	(金)	健康	スポーツ吹矢	スポーツ吹矢を楽しみましょう	10:00 — 12:00	2:00	葛西 征三		10
瑞豊館	市民学校	6月18日	(水)	健康	骨盤体操	骨盤体操で歪みをリセットしましょう	13:30 — 15:30	2:00	廣谷 洋子		10
瑞豊館	市民学校	6月25日	(水)	健康	骨盤体操	骨盤体操で歪みをリセットしましょう	13:30 — 15:30	2:00	廣谷 洋子		10