

No.	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
1	吹上	公民館活動教室	6月2日	(火)	手工芸	洋裁リフォーム教室	古布でかんたんブラウスづくり	9:30 - 12:30	3:00	川村 則子		10
2	吹上	公民館活動教室	6月9日	(火)	手工芸	洋裁リフォーム教室	古布でかんたんブラウスづくり	9:30 - 12:30	3:00	川村 則子		10
3	吹上	公民館活動教室	6月16日	(火)	手工芸	洋裁リフォーム教室	古布でかんたんブラウスづくり	9:30 - 12:30	3:00	川村 則子		10
4	吹上	公民館活動教室	6月23日	(火)	手工芸	洋裁リフォーム教室	古布でかんたんブラウスづくり	9:30 - 12:30	3:00	川村 則子		10
5	吹上	公民館活動教室	11月4日	(水)	手工芸	洋裁リフォーム教室	古布でロングジレづくり	9:30 - 12:30	3:00	川村 則子		10
6	吹上	公民館活動教室	11月11日	(水)	手工芸	洋裁リフォーム教室	古布でロングジレづくり	9:30 - 12:30	3:00	川村 則子		10
7	吹上	公民館活動教室	11月18日	(水)	手工芸	洋裁リフォーム教室	古布でロングジレづくり	9:30 - 12:30	3:00	川村 則子		10
8	吹上	公民館活動教室	11月25日	(水)	手工芸	洋裁リフォーム教室	古布でロングジレづくり	9:30 - 12:30	3:00	川村 則子		10
9	吹上	公民館活動教室	12月8日	(火)	移動学習	社会科見学	八戸セメント(株)でセメントの製造工程・リサイクル事業を学ぶ	9:00 - 12:00	3:00	八戸市環境政策課	八戸セメント(株)	20

No.	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
1	吹上	女性学級	6月24日	(水)	健康	温活ストレッチ教室	リンパマッサージとストレッチで基礎代謝を上げる	10:00 - 12:00	2:00	吉崎 路子		20
2	吹上	女性学級	7月8日	(水)	健康	温活ストレッチ教室	リンパマッサージとストレッチで基礎代謝を上げる	10:00 - 12:00	2:00	吉崎 路子		20
3	吹上	女性学級	7月15日	(水)	健康	骨盤ストレッチ教室	冷え、むくみの解消と腰痛予防	10:00 - 12:00	2:00	廣谷 洋子	女性限定	20
4	吹上	女性学級	7月29日	(水)	健康	骨盤ストレッチ教室	冷え、むくみの解消と腰痛予防	10:00 - 12:00	2:00	廣谷 洋子	女性限定	20
5	吹上	女性学級	10月21日	(水)	健康	温活ストレッチ教室	体のゆがみをととのえる	10:00 - 12:00	2:00	吉崎 路子		8
6	吹上	女性学級	10月28日	(水)	健康	温活ストレッチ教室	体のゆがみをととのえる	10:00 - 12:00	2:00	吉崎 路子		8

No.	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
1	吹上	高齢者教室	5月20日	(水)	健康	健康体操教室	夏に向けての体づくり	10:00 - 12:00	2:00	関下 和彦		20
2	吹上	高齢者教室	8月26日	(水)	健康	健康体操教室	夏を快適に過ごすための体づくり	10:00 - 12:00	2:00	関下 和彦		20
3	吹上	高齢者教室	9月8日	(火)	健康	ストレッチ&ズンバ ゴールド教室	初心者も体力に自信のない人も リズムにのって楽しもう	10:00 - 12:00	2:00	伊原 真寿美		20
4	吹上	高齢者教室	12月9日	(水)	健康	代謝アップ体操教室	ストレッチで体の代謝をあげよう	10:00 - 12:00	2:00	エスプロモ(株) 斉藤 あかね		20
5	吹上	高齢者教室	12月16日	(水)	健康	代謝アップ体操教室	ストレッチで体の代謝をあげよう	10:00 - 12:00	2:00	エスプロモ(株) 斉藤 あかね		20
6	吹上	高齢者教室	12月15日	(火)	音楽	クリスマス ミニコンサート	ミュージックベル演奏会	10:00 - 11:00	1:00	Fine 畠山 順子他2名	細井 千枝子 三浦 るみ子	30
7	吹上	高齢者教室	1月13日	(水)	健康	健康体操教室	転倒予防体操	10:00 - 11:00	1:00	関下 りち子		20

No.	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
1	吹上	市民学校	10月23日	(金)	手工芸	クラフトかごづくり	透かしあみ模様のおしゃれな かごバッグ	12:30 - 15:30	3:00	金見 純子		6
2	吹上	市民学校	10月30日	(金)	手工芸	クラフトかごづくり	透かしあみ模様のおしゃれな かごバッグ	12:30 - 15:30	3:00	金見 純子		6
3	吹上	市民学校	11月6日	(金)	手工芸	クラフトかごづくり	透かしあみ模様のおしゃれな かごバッグ	12:30 - 15:30	3:00	金見 純子		6
4	吹上	市民学校	11月13日	(金)	手工芸	クラフトかごづくり	透かしあみ模様のおしゃれな かごバッグ	12:30 - 15:30	3:00	金見 純子		6
5	吹上	市民学校	11月20日	(金)	手工芸	クラフトかごづくり	透かしあみ模様のおしゃれな かごバッグ	12:30 - 15:30	3:00	金見 純子		6
6	吹上	市民学校	11月27日	(金)	手工芸	クラフトかごづくり	透かしあみ模様のおしゃれな かごバッグ	12:30 - 15:30	3:00	金見 純子		6
7	吹上	市民学校	1月26日	(火)	教養	終活講座	供養整理 「仏壇じまいと墓じまい最新情報」	10:00 - 12:00	2:00	佐々木 博一		20

No.	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
1	吹上	家庭教育学級	5月25日	(月)	家庭教育	赤ちゃんとう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
2	吹上	家庭教育学級	6月29日	(月)	家庭教育	赤ちゃんとう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
3	吹上	家庭教育学級	7月13日	(月)	家庭教育	赤ちゃんとう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
4	吹上	家庭教育学級	8月31日	(月)	家庭教育	赤ちゃんとう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
5	吹上	家庭教育学級	9月28日	(月)	家庭教育	赤ちゃんとう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
6	吹上	家庭教育学級	10月26日	(月)	家庭教育	赤ちゃんとう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
7	吹上	家庭教育学級	11月16日	(月)	家庭教育	赤ちゃんとう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
8	吹上	家庭教育学級	12月21日	(月)	家庭教育	赤ちゃんとう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
9	吹上	家庭教育学級	1月25日	(月)	家庭教育	赤ちゃんとう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
10	吹上	家庭教育学級	2月15日	(月)	家庭教育	赤ちゃんとう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
11	吹上	家庭教育学級	7月28日	(火)	家庭教育	子ども工作教室	クラフトテープでかごづくり	10:00 - 12:00	2:00	佐々木 雪江		10
12	吹上	家庭教育学級	8月19日	(水)	家庭教育	子どもクッキング(夏)	夏休みのランチづくり	10:00 - 13:00	3:00	岩見 美恵子		16
13	吹上	家庭教育学級	1月6日	(水)	家庭教育	子どもクッキング(冬)	郷土料理を作ろう	10:00 - 12:00	2:00	八戸市食生活改善推進協議会 吹上地区		16

No.	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
1	吹上	市民IT講習会	5月12日	(火)	ICT	スマホ教室	基礎をおさえて新しい情報を学ぶ	10:00 - 12:00	2:00	みらいクリエイド 森 淑乃		8
2	吹上	市民IT講習会	5月13日	(水)	ICT	スマホ教室	基礎をおさえて新しい情報を学ぶ	10:00 - 12:00	2:00	みらいクリエイド 森 淑乃		8
3	吹上	市民IT講習会	5月14日	(木)	ICT	スマホ教室	基礎をおさえて新しい情報を学ぶ	10:00 - 13:00	3:00	みらいクリエイド 森 淑乃		8
4	吹上	市民IT講習会	9月14日	(月)	ICT	スマホ教室	基礎をおさえて新しい情報を学ぶ	10:00 - 12:00	2:00	みらいクリエイド 森 淑乃		8
5	吹上	市民IT講習会	9月15日	(火)	ICT	スマホ教室	基礎をおさえて新しい情報を学ぶ	10:00 - 12:00	2:00	みらいクリエイド 森 淑乃		8
6	吹上	市民IT講習会	9月16日	(水)	ICT	スマホ教室	基礎をおさえて新しい情報を学ぶ	10:00 - 13:00	3:00	みらいクリエイド 森 淑乃		8
7	吹上	市民IT講習会	2月2日	(火)	ICT	スマホ教室	基礎をおさえて新しい情報を学ぶ	10:00 - 12:00	2:00	みらいクリエイド 森 淑乃		8
8	吹上	市民IT講習会	2月3日	(水)	ICT	スマホ教室	基礎をおさえて新しい情報を学ぶ	10:00 - 12:00	2:00	みらいクリエイド 森 淑乃		8
9	吹上	市民IT講習会	2月4日	(木)	ICT	スマホ教室	基礎をおさえて新しい情報を学ぶ	10:00 - 13:00	3:00	みらいクリエイド 森 淑乃		8