

令和6年度 公民館活動教室 学習計画書 (1-1)

三八城公民館
TEL 45-2566

月日 曜日	講座名	内 容	学習時間	時間数 (H)	講師	募集人数 (人)	実施場所	メ モ	分類
4月19日(金)	三八城にここ教室	開講式・講話「認知症について」 レクリエーション	10:00 ~ 12:00	2	・市保健師 ・沼田 幸子	20	ホール		スポーツ
5月17日(金)		脳トレ・楽しくレクリエーションしよう	10:00 ~ 12:00	2	・市保健師 ・大塚 利美	20	ホール		スポーツ
6月14日(金)		やさしい体操で体をほぐそう	10:00 ~ 12:00	2	小西池 郁子	20	ホール		健康
7月19日(金)		長いもだんごを作ってみよう	10:00 ~ 12:00	2	八戸市食生活改善推進 員協議会三八城	20	ホール 調理室		料理
8月9日(金)		頭と体を活性化しいきいき元気に	10:00 ~ 12:00	2	高山 清美	20	ホール		健康
9月20日(金)		ハサミを使わない立体切り絵を作ろう	10:00 ~ 12:00	2	公民館職員	20	ホール		絵画
10月18日(金)		楽しくレクリエーションしよう	10:00 ~ 12:00	2	大塚 利美	20	ホール		スポーツ
11月15日(金)		災害時の備えについて学ぼう	10:00 ~ 12:00	2	災害対策課	20	ホール 調理室		その他
12月20日(金)		やさしい体操で体をほぐそう	10:00 ~ 12:00	2	小西池 郁子	20	ホール		健康
1月17日(金)		楽しくレクリエーションしよう	10:00 ~ 12:00	2	沼田 幸子	20	ホール		スポーツ
2月21日(金)		家でもできる貯筋体操で体を動かそう	10:00 ~ 12:00	2	関下 りち子	20	ホール		健康
3月7日(金)		フレイル予防、自分に合った健康づくり 閉講式	10:00 ~ 12:00	2	八戸医療生活協同 組合	20	ホール		健康
8月27日(火)	陶芸教室	オリジナル作品を作ろう	13:30 ~ 15:30	2	後村 弘樹	5	講義室		手工芸
9月17日(火)		素焼きした作品に好みの釉薬をかける	13:30 ~ 15:30	2	後村 弘樹	5	講師工房		手工芸
9月5日(木)	津軽塗体験教室	津軽塗で小物作り体験	10:00 ~ 12:00	2	島守 宏和	5	講義室		手工芸
			~						
計	3	15回		30.0H		255人			

令和6年度 女性学級 学習計画書 (1-1)

※男女問わず参加可能ですが、一部女性限定の講座もあります。

三八城公民館
TEL 45-2566

月 日 曜日	講座名	内 容	学習時間	時間数 (H)	講師	募集人数 (人)	実施場所	メ モ	分類
6月24日(月)	盆踊り教室	郷土の踊りをおぼえよう	13:30 ~ 15:30	2	源波 フサ	15	ホール		踊り(和)
7月1日(月)		郷土の踊りをおぼえよう	13:30 ~ 15:30	2	源波 フサ	15	ホール		踊り(和)
7月8日(月)		郷土の踊りをおぼえよう	13:30 ~ 15:30	2	源波 フサ	15	ホール		踊り(和)
7月9日(火)	モビール教室	張り子の金魚モビールを作ろう	10:00 ~ 12:00	2	金見 喜久	5	図書室		手工芸
7月16日(火)		張り子の金魚モビールを作ろう	9:30 ~ 12:30	3	金見 喜久	5	図書室		手工芸
7月23日(火)		張り子の金魚モビールを作ろう	9:30 ~ 12:30	3	金見 喜久	5	図書室		手工芸
9月11日(水)	天然木アート教室	天然木のシートを切って貼って作品作り	10:00 ~ 12:00	2	和山 淑子	5	図書室		手工芸
9月25日(水)	押し絵教室	パーツを布で包んで貼って作品作り	10:00 ~ 12:00	2	和山 淑子	5	図書室		手工芸
11月20日(水)	パワーストーン教室	アクセサリーを作ろう	10:00 ~ 12:00	2	工藤 洋子	6	講義室		手工芸
12月3日(火)	乾物料理教室	災害時に役立つ乾物を使った料理を学ぼう	10:00 ~ 12:00	2	堀米 睦子	16	和室 調理室		料理
			~						
			~						
			~						
			~						
			~						
			~						
計	6	10回		22.0H		92人			

令和6年度 高齢者教室 学習計画書 (1-1)

三八城公民館
TEL 45-2566

月 日 曜日	講座名	内 容	学習時間	時間数 (H)	講師	募集人数 (人)	実施場所	メ モ	分類
5月13日(月)	春のリフォーム教室	短め袖のワンピースを作ろう	9:30 ~ 12:30	3	佐藤 千鶴子	5	講義室 図書室		手工芸
5月20日(月)		短め袖のワンピースを作ろう	9:30 ~ 12:30	3	佐藤 千鶴子	5	講義室 図書室		手工芸
5月27日(月)		短め袖のワンピースを作ろう	9:30 ~ 12:30	3	佐藤 千鶴子	5	講義室 図書室		手工芸
5月14日(火)	グラウンドゴルフ教室	楽しくプレイしよう	10:00 ~ 12:00	2	公民館職員	20	まべち 公園		スポーツ
5月21日(火)		楽しくプレイしよう	10:00 ~ 12:00	2	公民館職員	20	まべち 公園		スポーツ
5月30日(木)		楽しくプレイしよう	10:00 ~ 12:00	2	公民館職員	20	まべち 公園		スポーツ
10月2日(水)	園芸教室	多肉植物の寄せ植えを作ろう	10:00 ~ 12:00	2	梅森 敦子	6	講義室		自然
10月21日(月)	秋のリフォーム教室	ストールとブローチを作ろう	9:30 ~ 12:30	3	佐藤 千鶴子	5	講義室 図書室		手工芸
10月28日(月)		ストールとブローチを作ろう	9:30 ~ 12:30	3	佐藤 千鶴子	5	講義室 図書室		手工芸
10月30日(水)		ストールとブローチを作ろう	9:30 ~ 12:30	3	佐藤 千鶴子	5	講義室 図書室		手工芸
11月25日(月)	糸かけアート教室	鳳凰のお正月飾りを作ろう	9:30 ~ 12:30	3	関下 千佳子	6	講義室		手工芸
1月15日(水)	終活講座	終活何から始めたらいいの？	10:00 ~ 12:00	2	佐々木 博一	20	ホール		教養
2月19日(水)	フラワーアレンジメント 教室	ひなまつりのアレンジメントを作ろう	10:00 ~ 12:00	2	中村 眞江	6	講義室		生け花
			~						
			~						
			~						
計	7	13回		33.0H		128人			

令和6年度 市民学校 学習計画書 (1-1)

三八城公民館
TEL 45-2566

月 日 曜日	講座名	内 容	学習時間	時間数 (H)	講師	募集人数 (人)	実施場所	メ モ	分類
5月7日(火)	ニュースポーツ教室	ルールを学びポッチャを楽しもう	10:00 ~ 12:00	2	山邊 みゆき	12	ホール		スポーツ
6月4日(火)		ルールを学びモルックを楽しもう	10:00 ~ 12:00	2	山邊 みゆき	12	ホール		スポーツ
7月2日(火)		ルールを学びラダーゲッターを楽しもう	10:00 ~ 12:00	2	沼田 幸子	12	ホール		スポーツ
9月10日(火)		ルールを学びポッチャを楽しもう	10:00 ~ 12:00	2	大塚 利美	12	ホール		スポーツ
10月8日(火)		ルールを学びモルックを楽しもう	10:00 ~ 12:00	2	大塚 利美	12	ホール		スポーツ
11月5日(火)		ルールを学びラダーゲッターを楽しもう	10:00 ~ 12:00	2	沼田 幸子	12	ホール		スポーツ
6月27日(木)	救命救急教室	心肺蘇生法とAED講習会	9:30 ~ 12:30	3	八戸消防署	10	ホール		教養
9月19日(木)	編物教室	クリスマスツリーみたいな帽子を編もう	9:30 ~ 12:30	3	小屋敷 ミツ	5	図書室		手工芸
9月26日(木)		クリスマスツリーみたいな帽子を編もう	9:30 ~ 12:30	3	小屋敷 ミツ	5	図書室		手工芸
10月3日(木)		クリスマスツリーみたいな帽子を編もう	9:30 ~ 12:30	3	小屋敷 ミツ	5	図書室		手工芸
			~						
			~						
			~						
			~						
			~						
			~						
計	3	10回		24.0H		97人			

令和6年度 家庭教育学級 学習計画書 (1-1)

三八城公民館
TEL 45-2566

月 日 曜日	講座名	内 容	学習時間	時間数 (H)	講師	募集人数 (人)	実施場所	メ モ	分類
5月11日 (土)	子どもパン作り教室	母の日に手作りパンをプレゼントしよう	9:00 ~ 11:00	2	管野 泰明	10	調理室 和室		家庭教育
7月28日 (日)	子ども工作教室	貯金箱を作ろう	10:00 ~ 12:00	2	鈴木 篤史	6	講義室		家庭教育
8月18日 (日)		夏休みの宿題を作ろう	10:00 ~ 12:00	2	和山 淑子	6	講義室		家庭教育
12月7日 (土)	郷土かるた大会	郷土のかるたをおぼえよう	9:30 ~ 11:30	2	川口 礼子	30	ホール		家庭教育
2月11日 (火)	子どもおかし作り 教室	バレンタインのおかしを作ろう	10:00 ~ 12:00	2	追切 裕子	12	調理室 和室		家庭教育
2月16日 (日)	お楽しみ会	みんなで楽しくあそびましょう	10:00 ~ 12:00	2	和山 淑子	8	ホール		家庭教育
			~						
			~						
			~						
			~						
			~						
			~						
			~						
			~						
			~						
			~						
			~						
計	5	6回		12.0H		72人			

令和6年度 市民IT講習会 学習計画書 (1-1)

三八城公民館
TEL 45-2566

月 日 曜日	講座名	内 容	学習時間	時間数 (H)	講師	募集人数 (人)	実施場所	メ モ	分類
6月12日 (水)	スマホ教室 (初級～中級)	スマホにさわろう！ 基本操作から暮らしに役立つアプリまで	10:00 ～ 12:00	2	ワラビノーツ 藤 加奈子	6	講義室		ICT
6月13日 (木)		スマホにさわろう！ 基本操作から暮らしに役立つアプリまで	10:00 ～ 12:00	2	ワラビノーツ 藤 加奈子	6	講義室		ICT
6月19日 (水)		スマホにさわろう！ 基本操作から暮らしに役立つアプリまで	10:00 ～ 12:00	2	ワラビノーツ 藤 加奈子	6	講義室		ICT
6月20日 (木)		スマホにさわろう！ 基本操作から暮らしに役立つアプリまで	10:00 ～ 12:00	2	ワラビノーツ 藤 加奈子	6	講義室		ICT
12月4日 (水)	スマホ教室 (初級～中級)	スマホを楽しもう！ 基本操作から暮らしに役立つアプリまで	10:00 ～ 12:00	2	ワラビノーツ 藤 加奈子	6	講義室		ICT
12月5日 (木)		スマホを楽しもう！ 基本操作から暮らしに役立つアプリまで	10:00 ～ 12:00	2	ワラビノーツ 藤 加奈子	6	講義室		ICT
12月11日 (水)		スマホを楽しもう！ 基本操作から暮らしに役立つアプリまで	10:00 ～ 12:00	2	ワラビノーツ 藤 加奈子	6	講義室		ICT
12月12日 (木)		スマホを楽しもう！ 基本操作から暮らしに役立つアプリまで	10:00 ～ 12:00	2	ワラビノーツ 藤 加奈子	6	講義室		ICT
			～						
			～						
			～						
			～						
			～						
			～						
			～						
			～						
計	2	8回		16.0H		48人			