

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

学習の目標： 地域住民の生涯学習の一助とするとともに、地域社会の連帯感を助長する

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 「講話」「レク」	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)	三八城にここ教室 「脳トレ」「レク」	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)	三八城にここ教室 「体操」	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)	三八城にここ教室 「おやつ作り」	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)	三八城にここ教室 「体操」	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)	三八城にここ教室 「作品作り」	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)	三八城にここ教室 「レク」	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)	三八城にここ教室 「防災」	災害時の備えについて学ぼう	10:00 ~ 12:00	2	市防災対策課	20	ホール 調理室		その他
12月20日 (金)	三八城にここ教室 「体操」	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)	三八城にここ教室 「レク」	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)	三八城にここ教室 「体操」	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)	三八城にここ教室 「フレイル予防」	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「作品制作」	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)	陶芸教室「薬がけ」	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)

三八城公民館

TEL 45-2566

学習の目標： 女性が豊かな人間性を培うとともに、自主的かつ積極的に今日的課題に立ち向かう態度を育成する

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

学習の目標： 高齢者が生きがいを持って、積極的な社会参加ができるような学習機会の提供

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	公民館館長	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	公民館館長	20	まべち 公園		スポーツ
5月28日(火)		楽しくプレイしよう	10:00 ~ 12:00	2	公民館館長	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

学習の目標： 教養・生活技術・趣味等、生涯学習の一助として優れた知性と豊かな人間性の高揚を図る

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 「ポッチャ」	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)	ニュースポーツ教室 「モルック」	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)	ニュースポーツ教室 「ラダーゲッター」	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)	ニュースポーツ教室 「ポッチャ」	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
10月8日 (火)	ニュースポーツ教室 「モルック」	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
11月5日 (火)	ニュースポーツ教室 「ラダーゲッター」	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

学習の目標： 子どもが本来持っている生きる力を培うために家庭の教育力の充実を支援する

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

学習の目標： 初級のIT講習教室を開設し、地域住民の生涯学習の一助と地域社会の連帯感を助長する

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			