

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	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
2	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
3	根岸	公民館活動教室	7月10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
4	根岸	公民館活動教室	9月18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
5	根岸	公民館活動教室	10月2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
6	根岸	公民館活動教室	11月6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
7	根岸	公民館活動教室	12月11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
8	根岸	公民館活動教室	1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
9	根岸	公民館活動教室	2月5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
10	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
11	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
12	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
13	根岸	公民館活動教室	7月17日	(木)	手工芸	まくらめ編み教室	まくらめ編みで作品を作ろう	10:00 — 12:00	2:00	林 藍		8
14	根岸	公民館活動教室	9月22日	(月)	料理	ワイン講座	ワインを楽しもう	18:00 — 20:00	2:00	八戸プラザホテル 金子 慎也		15
15	根岸	公民館活動教室	10月16日	(木)	健康	健康体操教室	曲に合わせて楽しく体操	10:00 — 12:00	2:00	赤坂 イネ子		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
16	根岸	公民館活動教室	10月23日	(木)	健康	健康体操教室	曲に合わせて楽しく体操	10:00 — 12:00	2:00	赤坂 イネ子		20
17	根岸	公民館活動教室	10月22日	(水)	健康	簡単エアロビ & ストレッチ教室	簡単エアロビとストレッチで体力作り	10:00 — 12:00	2:00	吉田 加奈子		15
18	根岸	公民館活動教室	10月29日	(水)	健康	簡単エアロビ & ストレッチ教室	簡単エアロビとストレッチで体力作り	10:00 — 12:00	2:00	吉田 加奈子		15
19	根岸	公民館活動教室	10月28日	(火)	健康	健康体操講習会	芸能発表会に出演しよう	13:30 — 15:30	2:00	高橋 幸		15
20	根岸	公民館活動教室	11月4日	(火)	健康	健康体操講習会	芸能発表会に出演しよう	13:30 — 15:30	2:00	高橋 幸		15
21	根岸	公民館活動教室	11月17日	(月)	料理	そば打ち教室	そば打ちの技法を学ぶ	10:00 — 12:00	2:00	山の楽校 岩淵 修一		8
22	根岸	公民館活動教室	12月8日	(月)	習字	書の教室	自由に書いてみよう	10:00 — 12:00	2:00	番沢 孝子		8
23	根岸	公民館活動教室	12月15日	(月)	習字	書の教室	自由に書いてみよう	10:00 — 12:00	2:00	番沢 孝子		8
24	根岸	公民館活動教室	1月9日	(金)	料理	出前講座 南部せんべい焼き	南部せんべいを焼いてみよう	10:00 — 12:00	2:00	青森県立 種差少年自然の家	家庭教育学級と 共催	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	根岸	女性学級	4月17日	(木)	その他	開講式	全国の自然災害に学ぶ	10:00 — 12:00	2:00	八戸市危機管理課	高齢者教室と 共催	15
2	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 西野刺つ娘の会		8
3	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 西野刺つ娘の会		8
4	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 西野刺つ娘の会		8
5	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
6	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
7	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
8	根岸	女性学級	7月1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
9	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
10	根岸	女性学級	7月9日	(水)	料理	キムチ教室1	オイキムチを作ろう	10:00 — 12:00	2:00	金本 良枝		24
11	根岸	女性学級	8月1日	(金)	手工芸	ベンガラ染め教室	ベンガラ染めで作品作り	10:00 — 12:00	2:00	渡邊 麻央	家庭教育学級と 共催	6
12	根岸	女性学級	8月29日	(金)	手工芸	PPバンド教室	PPバンドでかごバッグ作り	9:30 — 12:30	3:00	成田 紀子		8
13	根岸	女性学級	9月5日	(金)	手工芸	PPバンド教室	PPバンドでかごバッグ作り	9:30 — 12:30	3:00	成田 紀子		8
14	根岸	女性学級	9月12日	(金)	手工芸	PPバンド教室	PPバンドでかごバッグ作り	9:30 — 12:30	3:00	成田 紀子		8
15	根岸	女性学級	9月19日	(金)	手工芸	PPバンド教室	PPバンドでかごバッグ作り	9:30 — 12:30	3:00	成田 紀子		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
16	根岸	女性学級	9月9日	(火)	料理	和菓子教室	季節の和菓子を作ろう	10:00 — 12:00	2:00	(名)菓子処 丸美屋		20
17	根岸	女性学級	10月3日	(金)	手工芸	カルトナーージュ教室	カルトナーージュでマスクケースを作ろう	10:00 — 12:00	2:00	秋村 友光子		8
18	根岸	女性学級	10月14日	(火)	料理	料理教室(スイーツ)	ヘルシースイーツを作ろう	10:00 — 12:00	2:00	スイーツ工房なおママ 三浦 直		16
19	根岸	女性学級	11月26日	(水)	料理	キムチ教室2	白菜キムチの種とカクテキを作ろう	10:00 — 12:00	2:00	金本 良枝		24
20	根岸	女性学級	12月16日	(火)	料理	料理教室 (パン)	パンでクリスマススイーツ	10:00 — 13:00	3:00	管野 泰明		20
21	根岸	女性学級	1月28日	(水)	料理	みそ作り教室	玄米みそを作ろう	10:00 — 12:00	2:00	住澤 香苗		20
22	根岸	女性学級	2月9日	(月)	その他	閉講式・マジック	修了証授与とマジックを楽しもう	10:00 — 12:00	2:00	・公民館館長 ・白幡 研二	高齢者教室と 共催	15

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	根岸	高齢者教室	4月17日	(木)	その他	開講式	全国の自然災害に学ぶ	10:00 — 12:00	2:00	八戸市危機管理課	女性学級と共催	15
2	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
3	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
4	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
5	根岸	高齢者教室	7月8日	(火)	手工芸	カルトナーージュ教室	カルトナーージュで作品作り	10:00 — 12:00	2:00	秋村 友光子		9
6	根岸	高齢者教室	7月24日	(木)	移動学習	移動教室	八戸の周辺地域をもっと知ろう	9:30 — 16:00	6:30	公民館職員		30
7	根岸	高齢者教室	7月28日	(月)	踊り(洋)	簡単HIPHOPで 体を動かそう	HIPHOPを楽しく踊ろう	13:30 — 14:30	1:00	中村 篤史	家庭教育学級と 共催	5
8	根岸	高齢者教室	8月5日	(火)	踊り(洋)	簡単HIPHOPで 体を動かそう	HIPHOPを楽しく踊ろう	13:30 — 14:30	1:00	中村 篤史	家庭教育学級と 共催	5
9	根岸	高齢者教室	8月7日	(木)	スポーツ	モルック大会	モルックで頭と体を動かそう	10:00 — 12:00	2:00	八戸市スポーツ推進委員		5
10	根岸	高齢者教室	9月2日	(火)	教養	わたしと家族の 「そうぞく」講座	最適な「MYライフ&エンディング」を考えよう	10:00 — 12:00	2:00	明治安田		10
11	根岸	高齢者教室	9月16日	(火)	伝統文化	南部花形組子教室	南部花形組子で壁掛け時計を作ろう	10:00 — 12:00	2:00	館タテグエ芸 館 功		10
12	根岸	高齢者教室	9月29日	(月)	踊り(洋)	簡単HIPHOPで 体を動かそう	HIPHOPを楽しく踊ろう	11:00 — 12:00	1:00	中村 篤史	家庭教育学級と 共催	5
13	根岸	高齢者教室	10月21日	(火)	料理	健康料理教室	骨によい健康料理を作ろう	10:00 — 13:00	3:00	八戸市食生活改善推進員 協議会		16
14	根岸	高齢者教室	11月18日	(火)	手工芸	クリスマスリース教室	オリジナルクリスマスリースを作ろう	10:00 — 12:00	2:00	花空間クローバー 金川 容子		10
15	根岸	高齢者教室	12月2日	(火)	料理	コーヒーセミナー	違いの分かる大人のコーヒー講座	10:00 — 12:00	2:00	公民館職員		10

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
16	根岸	高齢者教室	12月9日	(火)	教養	わたしと家族の 「そうぞく」講座	笑顔を運ぶ「遺言」のお話	10:00 — 12:00	2:00	明治安田		10
17	根岸	高齢者教室	1月5日	(月)	テーブル ゲーム	あおもリアッテラ大会	あおもリアッテラを楽しもう	10:00 — 12:00	2:00	公民館館長	家庭教育学級と 共催	5
18	根岸	高齢者教室	1月7日	(水)	踊り(洋)	簡単HIPHOPで 体を動かそう	HIPHOPを楽しく踊ろう	10:00 — 11:00	1:00	中村 篤史	家庭教育学級と 共催	5
19	根岸	高齢者教室	2月9日	(月)	その他	閉講式・マジック	修了証授与とマジックを楽しもう	10:00 — 12:00	2:00	・公民館館長 ・白幡 研二	女性学級と共催	15

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	根岸	市民学校	4月16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
2	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
3	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
4	根岸	市民学校	7月16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
5	根岸	市民学校	8月20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
6	根岸	市民学校	9月17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
7	根岸	市民学校	10月15日	(水)	健康	楽々運動教室	健康づくり	13:30 — 15:30	2:00	公民館館長		15
8	根岸	市民学校	11月19日	(水)	健康	楽々運動教室	健康づくり	13:30 — 15:30	2:00	公民館館長		15
9	根岸	市民学校	12月17日	(水)	健康	楽々運動教室	健康づくり	13:30 — 15:30	2:00	公民館館長		15
10	根岸	市民学校	1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
11	根岸	市民学校	2月18日	(水)	健康	楽々運動教室	健康づくり	13:30 — 15:30	2:00	公民館館長		15
12	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
13	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
14	根岸	市民学校	7月2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
15	根岸	市民学校	8月6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

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
16	根岸	市民学校	4月22日	(火)	生け花	わくわく講座	花あしらい(春)	10:00 — 12:00	2:00	花空間クローバー 金川 容子		8
17	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
18	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
19	根岸	市民学校	7月11日	(金)	手工芸	わくわく講座	空き缶アート教室	10:00 — 12:00	2:00	金平 末美		6
20	根岸	市民学校	7月15日	(火)	生け花	わくわく講座	花あしらい(夏)	10:00 — 12:00	2:00	花空間クローバー 金川 容子		8
21	根岸	市民学校	8月27日	(水)	料理	わくわく講座	食命人から身土不二を学ぶ	10:00 — 13:00	3:00	八戸プラザホテル 須田 忠幸		15
22	根岸	市民学校	9月24日	(水)	移動学習	わくわく講座	八戸のリサイクルを学ぶエコツアー	9:00 — 15:00	6:00	八戸市環境政策課		15
23	根岸	市民学校	9月30日	(火)	生け花	わくわく講座	花あしらい(秋)	10:00 — 12:00	2:00	花空間クローバー 金川 容子		8
24	根岸	市民学校	10月6日	(月)	手工芸	わくわく講座	布ぞうり作り	10:00 — 15:00	5:00	山の楽校 岩渕 修一	休憩1H含む	8
25	根岸	市民学校	2月18日	(水)	伝統文化	わくわく講座	えんぶり鑑賞会	10:00 — 11:00	1:00	北稜中学校 えんぶりクラブ		20
26	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
27	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
28	根岸	市民学校	9月10日	(水)	教養	歴史講座	八戸の民俗芸能	10:00 — 12:00	2:00	八戸市社会教育課 中尻 貴之		15
29	根岸	市民学校	11月12日	(水)	教養	歴史講座	是川縄文遺跡	10:00 — 12:00	2:00	是川縄文館		15
30	根岸	市民学校	12月10日	(水)	教養	歴史講座	南郷の信仰	10:00 — 12:00	2:00	南郷歴史民俗資料館		15

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
31	根岸	市民学校	1月14日	(水)	教養	歴史講座	八戸藩の歴史	10:00 - 12:00	2:00	三浦 忠司		15

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	根岸	家庭教育学級	4月24日	(木)	家庭教育	わんぱくランド	端午の節句	10:00 — 12:00	2:00	認定こども園 七色のみち		10
2	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
3	根岸	家庭教育学級	7月3日	(木)	家庭教育	わんぱくランド	七夕	10:00 — 12:00	2:00	認定こども園 高館幼稚園		10
4	根岸	家庭教育学級	9月4日	(木)	家庭教育	わんぱくランド	親子でおもちゃ作り	10:00 — 12:00	2:00	認定こども園 こもれびのもり幼稚園		10
5	根岸	家庭教育学級	10月30日	(木)	家庭教育	わんぱくランド	ハロウィーン	10:00 — 12:00	2:00	認定こども園 すぎのこ保育園		10
6	根岸	家庭教育学級	12月18日	(木)	家庭教育	わんぱくランド	クリスマス会	10:00 — 12:00	2:00	はちのへ未来ネット 平間 恵美		10
7	根岸	家庭教育学級	1月29日	(木)	家庭教育	わんぱくランド	節分	10:00 — 12:00	2:00	高州保育園		10
8	根岸	家庭教育学級	4月29日	(火)	家庭教育	すくすくスクール	開講式 パンで簡単お弁当作り	10:00 — 12:00	2:00	菅野 泰明		12
9	根岸	家庭教育学級	7月28日	(月)	家庭教育	すくすくスクール	HIPHOPを楽しく踊ろう	13:30 — 14:30	1:00	中村 篤史	高齢者教室と 共催	5
10	根岸	家庭教育学級	8月1日	(金)	家庭教育	すくすくスクール	ベンガラ染めで作品作り	10:00 — 12:00	2:00	渡邊 麻央	女性学級と共催	6
11	根岸	家庭教育学級	8月5日	(火)	家庭教育	すくすくスクール	HIPHOPを楽しく踊ろう	13:30 — 14:30	1:00	中村 篤史	高齢者教室と 共催	5
12	根岸	家庭教育学級	8月7日	(木)	家庭教育	すくすくスクール	モルック大会	10:00 — 12:00	2:00	八戸市スポーツ推進委員	高齢者教室と 共催	6
13	根岸	家庭教育学級	8月18日	(月)	家庭教育	すくすくスクール	習字教室と勉強会	10:00 — 12:00	2:00	佐々木 千芳子		8
14	根岸	家庭教育学級	9月13日	(土)	家庭教育	すくすくスクール	畳でコースターを作ろう	10:00 — 12:00	2:00	中沢畳店 中沢 光嗣		8
15	根岸	家庭教育学級	9月29日	(月)	家庭教育	すくすくスクール	HIPHOPを楽しく踊ろう	11:00 — 12:00	1:00	中村 篤史	高齢者教室と 共催	5

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
16	根岸	家庭教育学級	10月20日	(月)	家庭教育	すくすくスクール	バリスタになってみよう！	10:00 — 12:00	2:00	公民館職員		10
17	根岸	家庭教育学級	12月24日	(水)	家庭教育	すくすくスクール	パソコン教室	10:00 — 12:00	2:00	公民館館長		6
18	根岸	家庭教育学級	12月26日	(金)	家庭教育	すくすくスクール	習字で作品づくりと勉強会	10:00 — 12:00	2:00	佐々木 千芳子		8
19	根岸	家庭教育学級	1月5日	(月)	家庭教育	すくすくスクール	あおもリアッテラを楽しもう	10:00 — 12:00	2:00	公民館館長	高齢者教室と 共催	5
20	根岸	家庭教育学級	1月6日	(火)	家庭教育	すくすくスクール	ゼンタングルでオリジナル作品づくり	10:00 — 12:00	2:00	田名部 香居		6
21	根岸	家庭教育学級	1月7日	(水)	家庭教育	すくすくスクール	HIPHOPを楽しく踊ろう	10:00 — 11:00	1:00	中村 篤史	高齢者教室と 共催	5
22	根岸	家庭教育学級	1月9日	(金)	家庭教育	すくすくスクール	南部せんべいを焼いてみよう	10:00 — 12:00	2:00	青森県立 種差少年自然の家	公民館活動教室 と共催	8
23	根岸	家庭教育学級	2月7日	(土)	家庭教育	すくすくスクール	閉講式 和菓子でバレンタイン？	10:00 — 12:00	2:00	・公民館館長 ・(名)菓子処 丸美屋		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	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
2	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
3	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
4	根岸	市民IT講習会	11月12日	(水)	ICT	パソコン教室	年賀状や寒中見舞いのハガキ作成	13:30 — 15:30	2:00	(特非)IT事業センター はちのへ		6
5	根岸	市民IT講習会	11月13日	(木)	ICT	パソコン教室	年賀状や寒中見舞いのハガキ作成	13:30 — 15:30	2:00	(特非)IT事業センター はちのへ		6
6	根岸	市民IT講習会	11月14日	(金)	ICT	パソコン教室	年賀状や寒中見舞いのハガキ作成	13:30 — 15:30	2:00	(特非)IT事業センター はちのへ		6