



# 令和7年度 白銀公民館 講座一覧 保存版

▼各講座開催日の2ヵ月前から、公民館窓口・お電話での申込受付をいたします。なお、定員になり次第締め切りとさせていただきます。  
 ▼受講料は無料ですが、材料費は実費となります。材料費がかかる講座の場合は、事前にお電話等で仮予約をし、講座日1週間前までに窓口にて事前にお支払いいただいて申し込み完了となりますので、忘れずに窓口までお越しください。  
 ▼その他詳細は、今後発行の公民館だよりにてご確認ください。

## 【公民館活動教室】

月日	曜日	講座名	内容	時間	講師	定員	受付開始日
5/20	火	マネーセミナー講座	基礎から学べるやさしいマネーセミナー	10:00～12:00	三浦 睦 田端 渉	15	5/1
6/4	水	健康マージャン教室 (全4回) 	健康マージャンで楽しく脳トレ①	9:30～12:30	音喜多 彰治	24	5/1
6/11	水		健康マージャンで楽しく脳トレ②	9:30～12:30			
6/18	水		健康マージャンで楽しく脳トレ③	9:30～12:30			
6/25	水		健康マージャンで楽しく脳トレ④	9:30～12:30			
7/1	火	白銀おしまこ (全2回)	地域伝統の踊りを学ぼう①	13:00～15:00	加藤 たい子	15	5/1
7/8	火		地域伝統の踊りを学ぼう②	13:00～15:00			
8/18	月	スタンドグラス教室 (全2回)	スタンドグラスでミニツリーを作ろう①	10:00～12:00	小林 静子	10	6/18
8/25	月		スタンドグラスでミニツリーを作ろう②	10:00～12:00			
9/8	月	竹あかり教室	オリジナル竹あかりを作って楽しもう	10:00～12:00	苫米地 義之	10	7/8
10/6	月	健康チェック	健康をチェックして生活習慣の改善を図ろう	10:00～12:00	八戸医療生活 協同組合	20	8/6
12/9	火	予防運動教室 (全2回)	心身の機能低下予防運動	10:00～12:00	高山 清美	15	10/9
12/16	火		心身の機能低下予防運動	10:00～12:00			
1/19	月	料理教室	南部せんべい色々レシピ	10:00～12:00	木村 聡	12	11/19

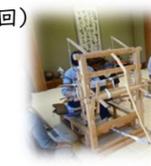
## 【女性学級】

月日	曜日	講座名	内容	時間	講師	定員	受付開始日
6/2	月	フィットネスウォーキング教室 (全2回)	正しい歩き方で健康づくり①	10:00～12:00	丸岡 信子	15	5/1
6/9	月		正しい歩き方で健康づくり②	10:00～12:00			
6/23	月	まゆ玉クラフト教室	可愛いマユ玉を作ってガラスに飾ってみよう	10:00～12:00	西村 かず子	9	5/1
7/14	月	ハワイアンキルト教室 (全3回) 	夏らしい柄のポーチ作り①	10:00～12:00	松倉 真由美	9	5/14
7/28	月		夏らしい柄のポーチ作り②	10:00～12:00			
8/4	月		夏らしい柄のポーチ作り③	10:00～12:00			
8/19	火	藤手芸教室 (全3回) 	りんご型の小物入れ作り①	13:00～16:00	佐藤 かおる	8	6/19
8/26	火		りんご型の小物入れ作り②	13:00～16:00			
9/2	火		りんご型の小物入れ作り③	13:00～16:00			
9/22	月	水引細工教室 (全2回)	基本の「あわび結び」で金魚を作ってみよう①	13:00～15:00	矢田部 裕子	9	7/22
9/29	月		基本の「あわび結び」で金魚を作ってみよう②	13:00～15:00			
10/21	火	カルトナーージュ教室	横型のメガネ置き作り	13:00～15:00	秋村 友光子	9	8/21
10/28	火	秋のリース教室	秋の木の实を使ってリースを作ろう	13:00～15:00	菅原 歩	9	8/28
1/14	水	ストレッチ教室 (全3回)	ストレッチで体の代謝を上げよう①	10:00～12:00	吉崎 路子	15	11/14
1/21	水		ストレッチで体の代謝を上げよう②	10:00～12:00			
1/28	水		ストレッチで体の代謝を上げよう③	10:00～12:00			
2/11	水	★祝日講座★ 料理教室	玄米みそを作ってみよう	10:00～12:00	住澤 香苗	12	12/11

## 【市民IT講習会】

月日	曜日	講座名	内容	時間	講師	定員	受付開始日
9/3	水	スマホ講習 (全4回) 	スマホの基本操作と活用術を学ぼう①	10:00～12:00	藤 加奈子 (ワラビノーツ)	6	7/3
9/4	木		スマホの基本操作と活用術を学ぼう②	10:00～12:00			
9/10	水		スマホの基本操作と活用術を学ぼう③	10:00～12:00			
9/11	木		スマホの基本操作と活用術を学ぼう④	10:00～12:00			

## 【市民学校】

月日	曜日	講座名	内容	時間	講師	定員	受付開始日
6/5	木	料理教室	鯖トマトカレー&旬の新たまレシピ	10:00～13:00	追切 裕子	11	5/1
6/13	金	★夜の講座★ シェイプアップ教室 (全8回) 	たくさん汗を流して代謝を上げよう①	19:00～20:00	CHIE	20	5/1
6/27	金		たくさん汗を流して代謝を上げよう②	19:00～20:00			
7/11	金		たくさん汗を流して代謝を上げよう③	19:00～20:00			
7/25	金		たくさん汗を流して代謝を上げよう④	19:00～20:00			
9/12	金		たくさん汗を流して代謝を上げよう⑤	19:00～20:00			
9/26	金		たくさん汗を流して代謝を上げよう⑥	19:00～20:00			
10/10	金		たくさん汗を流して代謝を上げよう⑦	19:00～20:00			
10/24	金		たくさん汗を流して代謝を上げよう⑧	19:00～20:00			
7/2	水	★夜の講座★ 手打ちうどん教室	コシのあるうどんを打ってみよう	18:30～20:30	岩淵 修一	8	5/2
9/18	木	パン作り教室	人気店の美味しいパン作り	9:30～12:30	菅野 泰明	8	7/18
10/1	水	南部裂織教室 (全5回) 	伝統工芸南部裂織に挑戦①	13:00～16:00	佐々木 トモ子	6	8/1
10/8	水		伝統工芸南部裂織に挑戦②	13:00～16:00			
10/15	水		伝統工芸南部裂織に挑戦③	13:00～16:00			
10/22	水		伝統工芸南部裂織に挑戦④	13:00～16:00			
10/29	水		伝統工芸南部裂織に挑戦⑤	13:00～16:00			
10/16	木	和菓子作り教室	さつまいも饅頭と上生菓子作り	10:00～12:00	菓子処 丸美屋	8	8/15
10/25	土	★土曜講座★ モルタルクラフト教室	おしゃれなモルタル雑貨作り	13:00～16:00	加藤 真紀子	6	8/25
11/6	木	料理教室	全てよし!!満点スープ	10:00～13:00	追切 裕子	11	9/5
12/1	月	そば打ち体験教室	新そばを打ってみよう	10:00～12:00	岩淵 修一	8	10/1
12/26	金	フラワーアレンジメント	素敵なアレンジ花をお正月に飾ろう	14:30～16:30	柴垣 恵	6	10/24

## 【家庭教育学級】

月日	曜日	講座名	内容	時間	講師	定員	受付開始日
7/27	日	★日曜講座★ 親子和菓子作り教室	夏の和菓子『水まんじゅうと上生菓子』	10:00～12:00	菓子処 丸美屋	12	5/27
7/29	火	夏休み勉強会 (全2回)	夏休みの宿題をやろう①	13:00～15:00	公民館職員	6	5/29
7/30	水		夏休みの宿題をやろう②	13:00～15:00			
8/1	金	絵画教室	宿題の絵を描こう 	13:00～16:00	佐伯 知美	6	5/30
8/7	木	絵画教室	宿題の絵を描こう	13:00～16:00	佐伯 知美	6	6/6
8/8	金	絵画教室	宿題の絵を描こう	13:00～16:00	佐伯 知美	6	6/6
8/4	月	工作教室	オリジナル壁掛け時計作り	13:00～15:00	鈴木 篤史	6	6/4
8/20	水	ニュースポーツ	ニュースポーツを楽しもう	13:00～15:00	公民館職員	12	6/20

## 【浜通り高齢者教室(白銀公民館開催分)】 ※白銀・鮫・湊公民館合同の講座です。

登録受講生募集中!! 申込期間は4/4(金)～5/8(木)ですが、途中からの入会も可能です。  
 おおむね60歳以上の方なら、どなたでも入会いただけます。下記は白銀公民館で開催分の講座一覧になります。  
 公民館窓口にてお申し込みの際に、3館分の講座一覧を記載した年間の計画表をお渡しいたします。



月日	曜日	内容	時間	講師	定員
5/29	木	講演：みかちゃんのおもしろ事件簿 浜通り編	10:00～12:00	中島 美華	20
6/26	木	講演：ストップ!!オレオレ詐欺	10:30～12:30	東北財務局 青森財務事務所理財課	20
7/24	木	浜通り歴史講座～八戸ヒストリア～	10:00～12:00	小倉 学	20
8/7	木	浜通り歴史講座～八戸藩の歴史～	10:00～12:00	三浦 忠司	20
8/28	木	ハルモニア『サマーコンサート♪』	10:00～12:00	ハルモニア	20
9/25	木	浜通り歴史講座～なつかしの八戸～	10:00～12:00	八戸博物館 学芸員	20
10/23	木	意外に知らない南部せんべいのお話&てんぼせんべい手焼き体験	10:00～12:00	木村 聡	10
11/27	木	講演：浜通りの楽しい南部弁講座	10:00～12:00	榎谷 伸夫	20