

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	田面木	公民館活動教室	5月12日	(月)	自然	園芸教室	多肉植物の寄せ植えを作ろう	10:00 - 12:00	2:00	とみたん農園 富田 優子		10
2	田面木	公民館活動教室	5月23日	(金)	教養	メディカルハーブで リラックス	身近なハーブを使ってみよう	13:30 - 15:30	2:00	大島 望		10
3	田面木	公民館活動教室	6月7日	(土)	踊り(和)	芸能鑑賞	石原舞踊会舞踊ショー	13:00 - 15:00	2:00	石原 定子		30
4	田面木	公民館活動教室	9月26日	(金)	音楽	カラオケ教室	プロから学んで楽しく歌おう	13:30 - 15:30	2:00	前川原 チカ子		30
5	田面木	公民館活動教室	11月20日	(木)	健康	大人のシナプソロジー	頭と体を使って楽しく元気になろう	13:30 - 15:30	2:00	高山 清美		15
6	田面木	公民館活動教室	11月27日	(木)	健康	大人のシナプソロジー	頭と体を使って楽しく元気になろう	13:30 - 15:30	2:00	高山 清美		15
7	田面木	公民館活動教室	11月25日	(火)	その他	白マドの灯上映会	昭和の名画を観よう	13:30 - 16:30	3:00	街かどミュージアム 小倉 学		30
8	田面木	公民館活動教室	11月26日	(水)	その他	白マドの灯上映会	海外アニメーション映画を観よう	13:30 - 16:30	3:00	街かどミュージアム 小倉 学		30
9	田面木	公民館活動教室	12月3日	(水)	健康	骨盤ストレッチ教室	ゆる〜くほぐして からだの疲れをリセットしよう	13:30 - 15:30	2:00	廣谷 洋子	女性限定	10
10	田面木	公民館活動教室	12月10日	(水)	健康	骨盤ストレッチ教室	ゆる〜くほぐして からだの疲れをリセットしよう	13:30 - 15:30	2:00	廣谷 洋子	女性限定	10
11	田面木	公民館活動教室	12月17日	(水)	健康	骨盤ストレッチ教室	ゆる〜くほぐして からだの疲れをリセットしよう	13:30 - 15:30	2:00	廣谷 洋子	女性限定	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
1	田面木	女性学級	6月26日	(木)	健康	腸もみマッサージ教室	腸もみで心も体も元気になろう	10:00 - 12:00	2:00	堀米 裕子	女性限定	6
2	田面木	女性学級	7月7日	(月)	その他	いきいき美容教室	プロから学ぶメイクレッスン	10:00 - 12:00	2:00	(株)アルソアデフィ 小田桐 瑞恵	女性限定	10
3	田面木	女性学級	7月15日	(火)	料理	健康料理教室	高タンパクで低カロリーな メニューをつくろう	10:00 - 13:00	3:00	追切 裕子		12
4	田面木	女性学級	9月11日	(木)	手工芸	カルトナーージュ教室	おくすり手帳を作りましょう	9:30 - 12:30	3:00	秋村 友光子		10
5	田面木	女性学級	9月12日	(金)	料理	パン作り教室	手作りパンを作ろう	9:30 - 12:30	3:00	(株)アンジェリーナ 管野 泰明		12
6	田面木	女性学級	9月22日	(月)	手工芸	着物リメイク教室	自分だけの前あきベストを作ろう	9:30 - 12:30	3:00	佐藤 千鶴子		8
7	田面木	女性学級	9月29日	(月)	手工芸	着物リメイク教室	自分だけの前あきベストを作ろう	9:30 - 12:30	3:00	佐藤 千鶴子		8
8	田面木	女性学級	10月6日	(月)	手工芸	着物リメイク教室	自分だけの前あきベストを作ろう	9:30 - 12:30	3:00	佐藤 千鶴子		8
9	田面木	女性学級	10月30日	(木)	料理	お菓子作り教室	ロールケーキを作ってみよう	9:30 - 12:30	3:00	お菓子の家 リーベシムラ 志村 一雄		10
10	田面木	女性学級	12月12日	(金)	音楽	ミュージックベル「Fine」 演奏会	クリスマススペシャルライブ	13:30 - 14:30	1:00	Fine 畠山 順子 他2名	細井 千枝子 三浦 るみ子	30

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	田面木	高齢者教室	4月25日	(金)	音楽	ハルモニアコンサート	音楽で巡る世界一周旅行	10:00 - 12:00	2:00	ハルモニア 杉本孝幸・杉本洋子		30
2	田面木	高齢者教室	5月16日	(金)	健康	体軸体操教室	正しい身体の使い方を学ぼう	10:00 - 12:00	2:00	橘 舞		15
3	田面木	高齢者教室	10月24日	(金)	健康	体軸体操教室	正しい身体の使い方を学ぼう	10:00 - 12:00	2:00	橘 舞		15
4	田面木	高齢者教室	5月26日	(月)	スポーツ	グラウンドゴルフ	第45回グラウンドゴルフ大会	13:30 - 15:30	2:00	公民館館長		25
5	田面木	高齢者教室	6月10日	(火)	健康	3B体操教室	ベルを使って3B体操をやってみよう	13:30 - 15:30	2:00	佐藤 佐智子		15
6	田面木	高齢者教室	6月17日	(火)	健康	3B体操教室	ベルを使って3B体操をやってみよう	13:30 - 15:30	2:00	佐藤 佐智子		15
7	田面木	高齢者教室	7月4日	(金)	伝統文化	南部菱刺し教室	インテリア小物作り	10:00 - 12:00	2:00	南部菱刺し 西野刺っ娘の会		8
8	田面木	高齢者教室	7月11日	(金)	伝統文化	南部菱刺し教室	インテリア小物作り	10:00 - 12:00	2:00	南部菱刺し 西野刺っ娘の会		8
9	田面木	高齢者教室	7月25日	(金)	伝統文化	南部菱刺し教室	インテリア小物作り	10:00 - 12:00	2:00	南部菱刺し 西野刺っ娘の会		8
10	田面木	高齢者教室	10月27日	(月)	音楽	おんがく講座	音楽で楽しく脳トレーニング	10:00 - 12:00	2:00	おんがく♪倶楽部 塚原明美・佐々木厚子		25
11	田面木	高齢者教室	2月6日	(金)	伝統文化	八皿(伝承行事)	田面木地区伝承行事で親睦を深める	10:00 - 12:00	2:00	公民館館長		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	田面木	市民学校	6月2日	(月)	手工芸	編み物教室	麻×裂き編みバッグを作ろう	9:00 - 12:00	3:00	charm 木村 まゆみ		10
2	田面木	市民学校	6月9日	(月)	手工芸	編み物教室	麻×裂き編みバッグを作ろう	9:00 - 12:00	3:00	charm 木村 まゆみ		10
3	田面木	市民学校	6月16日	(月)	手工芸	編み物教室	麻×裂き編みバッグを作ろう	9:00 - 12:00	3:00	charm 木村 まゆみ		10
4	田面木	市民学校	6月23日	(月)	教養	終活についてのお話	最近の供養方法やお墓事情	10:00 - 12:00	2:00	佐々木 博一		30
5	田面木	市民学校	8月5日	(火)	料理	カレー教室	夏野菜を使ったスパイスカレーを作ろう	10:00 - 13:00	3:00	かふえ ぴこていり 羽田 修		16
6	田面木	市民学校	11月4日	(火)	教養	南部弁講座	南部昔こと八戸のミニ暦を楽しもう	13:30 - 15:30	2:00	榎谷 伸夫		30
7	田面木	市民学校	11月7日	(金)	料理	みそ・塩こうじ作り	みそ・塩こうじを使ったお料理を作ろう	13:00 - 16:00	3:00	堀米 睦子		16
8	田面木	市民学校	12月19日	(金)	手工芸	スワッグ教室	スワッグで2WAYのお正月飾りを作ろう	10:00 - 12:00	2:00	Blue Rose 大澤 幸子		10
9	田面木	市民学校	12月22日	(月)	音楽	ハーモニカコンサート	ハーモニカの音色を楽しみましょう	10:00 - 11:00	1:00	吉！福三(よしふくぞう) 左館 武司 他2名	福沢 勝義 大谷 裕子	25

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	田面木	家庭教育学級	7月28日	(月)	家庭教育	夏休み こどもシナプソロジー	頭と体を使って楽しく遊ぼう	10:00 - 12:00	2:00	高山 清美		30
2	田面木	家庭教育学級	7月29日	(火)	家庭教育	夏休み こどもシナプソロジー	頭と体を使って楽しく遊ぼう	10:00 - 12:00	2:00	高山 清美		30
3	田面木	家庭教育学級	8月7日	(木)	家庭教育	こどもパソコン教室	スクラッチプログラムで遊びましょう	10:00 - 12:00	2:00	山道 光子		6
4	田面木	家庭教育学級	8月19日	(火)	家庭教育	夏休みおこと教室	おことをひいてみよう	13:00 - 15:00	2:00	下館 由恵子		15
5	田面木	家庭教育学級	8月20日	(水)	家庭教育	夏休みおこと教室	おことをひいてみよう	13:00 - 15:00	2:00	下館 由恵子		15
6	田面木	家庭教育学級	8月21日	(木)	家庭教育	こども工作教室	オリジナルペン立てを作ろう	10:00 - 12:00	2:00	工作工房 鈴木 篤史		12
7	田面木	家庭教育学級	12月24日	(水)	家庭教育	冬休み こどもシナプソロジー	頭と体を使って楽しく遊ぼう	10:00 - 12:00	2:00	高山 清美		30
8	田面木	家庭教育学級	1月8日	(木)	家庭教育	冬休み こどもシナプソロジー	頭と体を使って楽しく遊ぼう	10:00 - 12:00	2:00	高山 清美		30
9	田面木	家庭教育学級	1月6日	(火)	家庭教育	冬休みおこと教室	おことをひいてみよう	13:00 - 15:00	2:00	下館 由恵子		15
10	田面木	家庭教育学級	1月7日	(水)	家庭教育	冬休みおこと教室	おことをひいてみよう	13:00 - 15:00	2:00	下館 由恵子		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	田面木	市民IT講習会	6月12日	(木)	ICT	スマホ教室 基本編	はじめてのスマホの使い方	10:00 - 12:00	2:00	ワラビノーツ 蕨 加奈子		6
2	田面木	市民IT講習会	6月13日	(金)	ICT	スマホ教室 基本編	はじめてのスマホの使い方	10:00 - 12:00	2:00	ワラビノーツ 蕨 加奈子		6
3	田面木	市民IT講習会	9月4日	(木)	ICT	スマホ教室 応用編	ラインやアプリの活用術 スマホ撮影と保存方法	10:00 - 12:00	2:00	ワラビノーツ 蕨 加奈子		6
4	田面木	市民IT講習会	9月5日	(金)	ICT	スマホ教室 応用編	ラインやアプリの活用術 スマホ撮影と保存方法	10:00 - 12:00	2:00	ワラビノーツ 蕨 加奈子		6
5	田面木	市民IT講習会	9月18日	(木)	ICT	スマホ教室 応用編	ラインやアプリの活用術 スマホ撮影と保存方法	10:00 - 12:00	2:00	ワラビノーツ 蕨 加奈子		6
6	田面木	市民IT講習会	9月19日	(金)	ICT	スマホ教室 応用編	ラインやアプリの活用術 スマホ撮影と保存方法	10:00 - 12:00	2:00	ワラビノーツ 蕨 加奈子		6