

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	館	公民館活動教室	6月4日	(水)	手工芸	南部菱刺し教室	インテリア小物を作ろう	10:00 — 12:00	2:00	南部菱刺し 西野刺つ娘の会		8
2	館	公民館活動教室	6月11日	(水)	手工芸	南部菱刺し教室	インテリア小物を作ろう	10:00 — 12:00	2:00	南部菱刺し 西野刺つ娘の会		8
3	館	公民館活動教室	6月18日	(水)	手工芸	南部菱刺し教室	インテリア小物を作ろう	10:00 — 12:00	2:00	南部菱刺し 西野刺つ娘の会		8
4	館	公民館活動教室	7月7日	(月)	手工芸	ウッドバーニング教室	ウッドバーニングでコースター作り	9:00 — 12:00	3:00	工作工房 鈴木 篤史		10
5	館	公民館活動教室	7月10日	(木)	絵画	インクアート教室	アルコールインクでアート作品作り	10:00 — 12:00	2:00	浅川 ふさこ		10
6	館	公民館活動教室	8月22日	(金)	教養	歴史講座	櫛引城について	13:30 — 15:30	2:00	社会教育課 文化財グループ		30
7	館	公民館活動教室	9月4日	(木)	手工芸	古着リメイク教室	太めのパンツを作ろう	13:00 — 16:00	3:00	川村 則子		10
8	館	公民館活動教室	9月11日	(木)	手工芸	古着リメイク教室	太めのパンツを作ろう	13:00 — 16:00	3:00	川村 則子		10
9	館	公民館活動教室	9月18日	(木)	手工芸	古着リメイク教室	太めのパンツを作ろう	13:00 — 16:00	3:00	川村 則子		10
10	館	公民館活動教室	10月16日	(木)	教養	知っておきたい終活のこと	エンディングノートについて学ぶ	10:00 — 12:00	2:00	根井 弘子		15
11	館	公民館活動教室	10月24日	(金)	教養	知っておきたい終活のこと	何から始めたらいい？を解消しよう	10:00 — 12:00	2:00	佐々木 博一		15
12	館	公民館活動教室	10月27日	(月)	教養	知っておきたい終活のこと	将来空き家にしないための話	10:00 — 11:00	1:00	都市政策課 空き家対策グループ		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
1	館	女性学級	6月20日	(金)	料理	腸活教室 ～発酵調味料作り～	使い勝手の良い塩こうじと味噌をつくり ます	10:00 — 12:00	2:00	堀米 睦子		12
2	館	女性学級	10月3日	(金)	手工芸	和風飾り作り	和生地の飾りを作る	13:30 — 15:30	2:00	貝吹 和子		10
3	館	女性学級	10月10日	(金)	手工芸	和風飾り作り	和生地の飾りを作る	13:30 — 15:30	2:00	貝吹 和子		10
4	館	女性学級	10月17日	(金)	手工芸	和風飾り作り	和生地の飾りを作る	13:30 — 15:30	2:00	貝吹 和子		10
5	館	女性学級	10月24日	(金)	手工芸	和風飾り作り	和生地の飾りを作る	13:30 — 15:30	2:00	貝吹 和子		10
6	館	女性学級	10月31日	(金)	手工芸	和風飾り作り	和生地の飾りを作る	13:30 — 15:30	2:00	貝吹 和子		10
7	館	女性学級	10月15日	(水)	料理	洋食の料理教室	クリスマスの料理	10:00 — 13:00	3:00	須田 忠幸		16
8	館	女性学級	11月20日	(木)	健康	ヘッドマッサージ講座	頭皮の血流アップで嬉しい効果	10:00 — 12:00	2:00	(株)アルソア デフィ 小田桐 瑞恵		10
9	館	女性学級	11月25日	(火)	健康	ヘッドマッサージ講座	頭皮の血流アップで嬉しい効果	10:00 — 12:00	2:00	(株)アルソア デフィ 小田桐 瑞恵		10
10	館	女性学級	12月2日	(火)	その他	メイクアップ講座	いつものメイクをアップデート	10:00 — 12:00	2:00	(株)アルソア デフィ 小田桐 瑞恵	女性限定	10
11	館	女性学級	12月16日	(火)	健康	代謝アップ教室	ストレッチなどで代謝をあげて身体を温 めましょう	13:30 — 15:30	2:00	エスプロモ(株) 斉藤あかね		10
12	館	女性学級	12月23日	(火)	健康	代謝アップ教室	ストレッチなどで代謝をあげて身体を温 めましょう	13:30 — 15:30	2:00	エスプロモ(株) 斉藤あかね		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	館	高齢者教室	4月24日	(木)	その他	時代劇教室	監督時代の話とセリフで脳を活性化	10:00 — 12:00	2:00	苔米地 祥宏		30
2	館	高齢者教室	5月22日	(木)	音楽	音楽鑑賞会	ココロとカラダにやさしい音楽歌セラピー	10:00 — 12:00	2:00	吉岡 リサ		30
3	館	高齢者教室	6月26日	(木)	健康	健口体操と栄養の話	フレイル予防で元気にすごそう	10:00 — 11:00	1:00	八戸市食生活改善推進員		30
4	館	高齢者教室	11月6日	(木)	健康	体軸体操	正しい姿勢と正しい身体の使い方	13:30 — 15:30	2:00	橘 舞		15
5	館	高齢者教室	11月20日	(木)	健康	体軸体操	正しい姿勢と正しい身体の使い方	13:30 — 15:30	2:00	橘 舞		15
6	館	高齢者教室	11月27日	(木)	健康	体軸体操	正しい姿勢と正しい身体の使い方	13:30 — 15:30	2:00	橘 舞		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	館	市民学校	5月19日	(月)	手工芸	陶芸教室	オリジナル器作り	10:00 — 12:00	2:00	渡邊 真樹		10
2	館	市民学校	6月5日	(木)	料理	きんか餅	郷土の懐かしいお菓子を作ろう	10:00 — 12:00	2:00	JA八戸 女性部		12
3	館	市民学校	7月24日	(木)	手工芸	パワーストーンで アクセサリ作り	パワーストーンでブレスレットまたは ストラップを作る	13:30 — 15:30	2:00	工藤 洋子		10
4	館	市民学校	9月3日	(水)	手工芸	刺繍教室	基本からステッチを学び、がま口財布を作ろう	9:00 — 12:00	3:00	寺井 嘉子		10
5	館	市民学校	9月10日	(水)	手工芸	刺繍教室	基本からステッチを学び、がま口財布を作ろう	9:00 — 12:00	3:00	寺井 嘉子		10
6	館	市民学校	9月17日	(水)	手工芸	刺繍教室	基本からステッチを学び、がま口財布を作ろう	9:00 — 12:00	3:00	寺井 嘉子		10
7	館	市民学校	9月24日	(水)	手工芸	刺繍教室	基本からステッチを学び、がま口財布を作ろう	9:00 — 12:00	3:00	寺井 嘉子		10
8	館	市民学校	10月6日	(月)	その他	至福のコーヒー講座	コーヒーのおいしい淹れ方と、アレンジ コーヒーの作り方	13:30 — 15:30	2:00	ドトールコーヒー (株)アサクラ		16
9	館	市民学校	11月4日	(火)	手工芸	アロマワックスバーを 作ろう	香りのインテリアを作ろう	10:00 — 12:00	2:00	大澤 幸子		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	館	家庭教育学級	7月28日	(月)	家庭教育	貯金箱を作ろう	木工で貯金箱作り	10:00 — 12:00	2:00	工作工房 鈴木 篤史		10
2	館	家庭教育学級	8月4日	(月)	家庭教育	ランタン作り	樹脂粘土でランタン作り	10:00 — 12:00	2:00	祝井澤口 智子		8
3	館	家庭教育学級	8月7日	(木)	家庭教育	ニュースポーツを 体験しよう	ポッチャを体験しよう	10:00 — 12:00	2:00	大塚 利美		20
4	館	家庭教育学級	8月21日	(木)	家庭教育	ニュースポーツを 体験しよう	ポッチャを体験しよう	10:00 — 12:00	2:00	大塚 利美		20
5	館	家庭教育学級	10月27日	(月)	家庭教育	バルーンアート	ハロウィンの小物作り	10:00 — 12:00	2:00	フラビーンズ 阿部 博美		10
6	館	家庭教育学級	1月8日	(木)	家庭教育	パン作り	4種のパン作り	9:00 — 12:00	3:00	管野 泰明		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	館	市民IT講習会	5月20日	(火)	ICT	スマホの便利機能を マスターしよう	Googleビューを使いこなそう	10:00 — 12:00	2:00	みらいクリエイド 森 淑乃		7
2	館	市民IT講習会	5月21日	(水)	ICT	スマホの便利機能を マスターしよう	パスワード管理など	10:00 — 12:00	2:00	みらいクリエイド 森 淑乃		7
3	館	市民IT講習会	5月27日	(火)	ICT	スマホの便利機能を マスターしよう	前回までの復習と補足など	10:00 — 12:00	2:00	みらいクリエイド 森 淑乃		7
4	館	市民IT講習会	7月14日	(月)	ICT	スマホの基本	基本操作	10:00 — 12:00	2:00	ワラビノーツ 蕨 加奈子		6
5	館	市民IT講習会	7月15日	(火)	ICT	スマホの基本	カメラの楽しみ方	10:00 — 12:00	2:00	ワラビノーツ 蕨 加奈子		6
6	館	市民IT講習会	7月16日	(水)	ICT	スマホの基本	生活に役立つ術	10:00 — 12:00	2:00	ワラビノーツ 蕨 加奈子		6