

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	瑞豊館	公民館活動教室	5月15日	(木)	手工芸	PPバンド教室	PPバンドでバッグを作しましょう	9:00 — 12:00	3:00	柏崎 隆子		10
2	瑞豊館	公民館活動教室	5月22日	(木)	手工芸	PPバンド教室	PPバンドでバッグを作しましょう	9:00 — 12:00	3:00	柏崎 隆子		10
3	瑞豊館	公民館活動教室	5月29日	(木)	手工芸	PPバンド教室	PPバンドでバッグを作しましょう	9:00 — 12:00	3:00	柏崎 隆子		10
4	瑞豊館	公民館活動教室	6月5日	(木)	手工芸	PPバンド教室	PPバンドでバッグを作しましょう	9:00 — 12:00	3:00	柏崎 隆子		10
5	瑞豊館	公民館活動教室	6月12日	(木)	手工芸	PPバンド教室	PPバンドでバッグを作しましょう	9:00 — 12:00	3:00	柏崎 隆子		10
6	瑞豊館	公民館活動教室	6月3日	(火)	自然	寄せ植え	春の寄せ植えを楽しみましょう	14:00 — 15:00	1:00	(株)花生植物園		10
7	瑞豊館	公民館活動教室	10月8日	(水)	健康	健康マージャン	マージャンで脳トレしましょう	9:00 — 12:00	3:00	音喜多 彰治		16
8	瑞豊館	公民館活動教室	10月15日	(水)	健康	健康マージャン	マージャンで脳トレしましょう	9:00 — 12:00	3:00	音喜多 彰治		16
9	瑞豊館	公民館活動教室	11月12日	(水)	健康	健康マージャン	マージャンで脳トレしましょう	9:00 — 12:00	3:00	音喜多 彰治		16
10	瑞豊館	公民館活動教室	11月19日	(水)	健康	健康マージャン	マージャンで脳トレしましょう	9:00 — 12:00	3:00	音喜多 彰治		16
11	瑞豊館	公民館活動教室	10月19日	(日)	音楽	八戸ウインドアンサンブルコンサート	生演奏を楽しみましょう	14:00 — 15:00	1:00	八戸ウインドアンサンブル 須藤 博紀他3名	山本 雅人 濱谷 貴乃 天摩 祐紀	80

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	瑞豊館	女性学級	5月13日	(火)	その他	ビューティー講座	春のスキンケア&ヘッドマッサージ	13:30 — 15:30	2:00	(株)アルソアデフィ 小田桐 瑞恵		8
2	瑞豊館	女性学級	10月14日	(火)	その他	ビューティー講座	リフトアップマッサージ	13:30 — 15:30	2:00	(株)アルソアデフィ 小田桐 瑞恵		8
3	瑞豊館	女性学級	7月23日	(水)	手工芸	洋裁教室	チュニックを作りましょう	13:00 — 16:00	3:00	川村 則子		5
4	瑞豊館	女性学級	7月30日	(水)	手工芸	洋裁教室	チュニックを作りましょう	13:00 — 16:00	3:00	川村 則子		5
5	瑞豊館	女性学級	8月6日	(水)	手工芸	洋裁教室	チュニックを作りましょう	13:00 — 16:00	3:00	川村 則子		5
6	瑞豊館	女性学級	10月21日	(火)	手工芸	編み物教室	がま口ポーチを作りましょう	10:00 — 13:00	3:00	木村 まゆみ		8
7	瑞豊館	女性学級	10月28日	(火)	手工芸	編み物教室	がま口ポーチを作りましょう	10:00 — 13:00	3:00	木村 まゆみ		8
8	瑞豊館	女性学級	11月4日	(火)	手工芸	編み物教室	がま口ポーチを作りましょう	10:00 — 13:00	3:00	木村 まゆみ		8
9	瑞豊館	女性学級	11月25日	(火)	料理	みそ作り	美味しい手作りみそを作りましょう	13:00 — 15:00	2:00	上原子 澄子		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	瑞豊館	高齢者教室	5月9日	(金)	健康	シナプソロジー	楽しく笑いながら脳を活性化しましょう	10:00 — 12:00	2:00	高山 清美		10
2	瑞豊館	高齢者教室	5月16日	(金)	健康	シナプソロジー	楽しく笑いながら脳を活性化しましょう	10:00 — 12:00	2:00	高山 清美		10
3	瑞豊館	高齢者教室	7月11日	(金)	健康	シナプソロジー	楽しく笑いながら脳を活性化しましょう	10:00 — 12:00	2:00	高山 清美		10
4	瑞豊館	高齢者教室	7月18日	(金)	健康	シナプソロジー	楽しく笑いながら脳を活性化しましょう	10:00 — 12:00	2:00	高山 清美		10
5	瑞豊館	高齢者教室	6月13日	(金)	健康	スポーツ吹矢	スポーツ吹矢を楽しみましょう	10:00 — 12:00	2:00	葛西 征三		10
6	瑞豊館	高齢者教室	6月20日	(金)	健康	スポーツ吹矢	スポーツ吹矢を楽しみましょう	10:00 — 12:00	2:00	葛西 征三		10
7	瑞豊館	高齢者教室	10月9日	(木)	健康	楽々ストレッチ	ストレッチで身体をほぐしましょう	13:30 — 15:30	2:00	エスプロモ(株) 斉藤 あかね		10
8	瑞豊館	高齢者教室	10月23日	(木)	健康	楽々ストレッチ	ストレッチで身体をほぐしましょう	13:30 — 15:30	2:00	エスプロモ(株) 斉藤 あかね		10
9	瑞豊館	高齢者教室	11月13日	(木)	健康	楽々ストレッチ	ストレッチで身体をほぐしましょう	13:30 — 15:30	2:00	エスプロモ(株) 斉藤 あかね		10
10	瑞豊館	高齢者教室	11月27日	(木)	健康	楽々ストレッチ	ストレッチで身体をほぐしましょう	13:30 — 15:30	2:00	エスプロモ(株) 斉藤 あかね		10
11	瑞豊館	高齢者教室	12月11日	(木)	健康	楽々ストレッチ	ストレッチで身体をほぐしましょう	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	瑞豊館	市民学校	5月12日	(月)	料理	和菓子作り	和菓子に挑戦しましょう	10:00 — 12:00	2:00	(名)菓子処 丸美屋		10
2	瑞豊館	市民学校	6月18日	(水)	健康	骨盤体操	骨盤体操で歪みをリセットしましょう	13:30 — 15:30	2:00	廣谷 洋子		10
3	瑞豊館	市民学校	6月25日	(水)	健康	骨盤体操	骨盤体操で歪みをリセットしましょう	13:30 — 15:30	2:00	廣谷 洋子		10
4	瑞豊館	市民学校	7月2日	(水)	健康	骨盤体操	骨盤体操で歪みをリセットしましょう	13:30 — 15:30	2:00	廣谷 洋子		10
5	瑞豊館	市民学校	7月9日	(水)	健康	骨盤体操	骨盤体操で歪みをリセットしましょう	13:30 — 15:30	2:00	廣谷 洋子		10
6	瑞豊館	市民学校	8月25日	(月)	教養	出前講座	地球温暖化の現状について学びましょ う	13:00 — 15:00	2:00	八戸市環境政策課		18
7	瑞豊館	市民学校	9月17日	(水)	料理	ロールケーキ作り	ロールケーキに挑戦しましょう	10:00 — 13:00	3:00	お菓子の家リーベシムラ 志村 一雄		10
8	瑞豊館	市民学校	9月26日	(金)	料理	料理教室	身体に良い料理	10:00 — 13:00	3:00	八戸市食生活改善推進員 協議会 豊崎地区		16
9	瑞豊館	市民学校	12月10日	(水)	料理	料理教室	おもてなし料理	10:00 — 13:00	3:00	八戸市食生活改善推進員 協議会 豊崎地区		16
10	瑞豊館	市民学校	11月10日	(月)	料理	そば打ち教室	新そばを自分で打ってみましょう	10:00 — 12:00	2:00	山の楽校 岩渕 修一		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	瑞豊館	家庭教育学級	7月29日	(火)	料理	子どもパン作り	パン作りを楽しみましょう	10:00 — 12:00	2:00	管野 泰明		12

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	瑞豊館	移動公民館	9月8日	(月)	移動学習	エコツアー	エコツアーに出かけましょう	9:00 － 15:00	6:00	八戸市環境政策課		18

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	瑞豊館	市民IT講習会	9月3日	(水)	ICT	スマホ教室	スマホの便利機能を学びましょう	10:00 — 12:00	2:00	(特非)IT事業センター はちのへ		6
2	瑞豊館	市民IT講習会	9月4日	(木)	ICT	スマホ教室	スマホの便利機能を学びましょう	10:00 — 12:00	2:00	(特非)IT事業センター はちのへ		6
3	瑞豊館	市民IT講習会	9月11日	(木)	ICT	スマホ教室	スマホの便利機能を学びましょう	10:00 — 12:00	2:00	(特非)IT事業センター はちのへ		6