

No.	市民センター	学級・講座名	テーマ・内容	合計開催回数
1	一関市民センター	郷土歴史講座	洪沢栄一と一関の先人たち	4
2	一関市民センター	パソコンに触ってみよう	パソコンで何が出来る？を学ぶ	1
3	一関市民センター	スポーツ交流会	ニュースポーツ交流会	1
4	一関市民センター	スイーツづくり体験講座	お菓子づくり	3
5	一関市民センター	スイーツづくり体験講座	クリスマスケーキづくり	1
6	一関市民センター	スイーツづくり体験講座	お菓子づくり	1
7	一関市民センター	もう一度皆で学ぼう古典文学を	更級日記	3
8	一関市民センター	七宝焼き体験講座	七宝焼きアクセサリー製作体験	1
9	一関市民センター	ホームスパン製作体験会	紡いだ糸でオリジナルのテーブルクロスをつくる	1
10	関が丘市民センター	玄米ニギニギ体操	玄米ニギニギ体操で筋力アップ、認知症予防	23
11	関が丘市民センター	日本語教室	外国人住民への日本語教室	34
12	関が丘市民センター	軽体操ストレッチ教室	音楽に合わせて軽体操をする	5
13	関が丘市民センター	PPテープバッグ作り教室	PPテープを使いバッグを作る	3
14	関が丘市民センター	リンパケア・ヨガ教室	リンパケアとヨガでセルフケア	6
15	関が丘市民センター	トレッキング教室	栗駒世界各地トレッキング	1
16	関が丘市民センター	スマホ教室	スマホの基本操作を学ぶ	1
17	関が丘市民センター	ウォーキング教室	ウォーキングで楽しく歩いて健康に	2
18	関が丘市民センター	腸セルフケア講座	腸のセルフケアを学ぶ	1
19	関が丘市民センター	R6男女共同参画推進「おそうじを楽しもう」	男女共同参画と多様性への理解の促進	1
20	関が丘市民センター	スマホ教室(トナリノ)	スマホの様々な操作を学ぶ	2
21	関が丘市民センター	「多様な性についての理解」講演	男女共同参画と多様性への理解の促進	1
22	関が丘市民センター	ブリザーブドフラワーアレンジ教室	ブリザーブドフラワーを使った寄せ植え作り教室	1
23	関が丘市民センター	健康料理教室	食生活改善推進員の皆さんによる健康料理教室	1
24	山目市民センター	茶の湯体験～裏千家～	日本の伝統文化、茶道を通じて和の心に触れるとともに参加者の交流を図る。	3
25	山目市民センター	苔玉作り講座	山野草や小さな樹木を苔でくるんで作る苔玉は、四季の風情を奏でてくれます。苔玉の作り方を習得するとともに、地域住民の交流を図る。	1
26	山目市民センター	陶芸講座～陶器でクリスマス飾りを作ろう	陶芸の魅力のひとつである「もの作り」の楽しさを体験する。粘土を使って世界に一つだけの陶芸作品を作るとともに参加者間の交流を図る。	3
27	山目市民センター	初夏の姫神山トレッキング	石川啄木が愛した姫神山を歩きながら、山野草を楽しむとともに、ガイドの指導により登山の仕方を学ぶ。	1
28	山目市民センター	源氏神話の原点を学ぶ会	坂上田村麻呂の征夷政策から源頼義の奥州赴任、安倍氏滅亡までの歴史には、当地方を含め多くの歴史的な関わりがありました。その史跡を一関市から多賀城市まで巡りながら学びます。	1
29	山目市民センター	相続登記義務化	本年4月から相続登記が義務化されました。相続登記の必要性等を学ぶ。	1
30	山目市民センター	お掃除講習会	お掃除の効率UPを目指し「お掃除のコツ」を学ぶとともに地域住民の交流を図る。	1
31	山目市民センター	ステップアップ登山講座	登山の基礎を学びながら、もっと効率的な歩き方等を習得して登山の技術向上を目指す。長島の駒形峰、八幡平の七時雨山を実際に歩きながら、山野草を楽しむとともに、登山の仕方を学ぶ。	2
32	山目市民センター	男の料理教室 ～Lets'cook together～	人生100年時代を迎え大家族から独居生活をする方まで多様な生活スタイルになってきている。男女共同参画の観点から、男性も炊事洗濯等を学び人生を謳歌する時代になってきており、その一助として料理教室を開催することにより「食の大切さ」を学ぶとともに参加者の交流を図る。また、自身の成果をセンターまつりで発表することにより「作る楽しさ」を感じ、接客することでコミュニケーション能力の向上に繋げる。	3
33	山目市民センター	健康講座 ①骨粗鬆症について ②良い睡眠って	骨粗鬆症について、また良い睡眠とは何かを学習し今後の健康管理に役立ててもらおう。	1
34	山目市民センター	スマートフォン教室	スマートフォンは使っているが、いろいろな機能を使いこなしていない方を対象に安全で有効な使い方を学ぶ。	2
35	山目市民センター	スマートフォン教室	スマートフォンは使っているが、いろいろな機能を使いこなしていない方を対象に安全で有効な使い方を学ぶ。	2
36	山目市民センター	門松風寄せ植え講座	日本の伝統である門松を寄せ植え風にアレンジして手軽に作るとともに参加者の交流を図る。	1
37	中里市民センター	中里大学 一般教養講座4月開講式・記念講話	私の神道観	1
38	中里市民センター	中里大学 一般教養講座5月口腔ケア	口腔ケアと健康について	1
39	中里市民センター	中里大学 一般教養講座6月防災対策	風水害に備える防災脳ストレッチ	1
40	中里市民センター	中里大学 一般教養講座7月ポッチャ体験	夏に負けない体づくり	1
41	中里市民センター	中里大学 一般教養講座9月修学旅行	様々な教養や文化に触れる	1
42	中里市民センター	中里大学 一般教養講座10月男女共同参画	男女共同参画を知ろう	1
43	中里市民センター	中里大学 一般教養講座11月認知症の予防①	楽しく学ぶ！認知症予防	1
44	中里市民センター	中里大学 一般教養講座12月認知症の予防②	認知症の理解 認知症の人の困りごとと接し方	1
45	中里市民センター	中里大学 一般教養講座1月認知症の予防③	介護サービスを利用するまでの手続き方法	1
46	中里市民センター	中里大学 陶芸講座	自由制作	7
47	中里市民センター	中里大学 陶芸講座	釉薬がけ・焼成	3
48	中里市民センター	中里大学 芸能講座	民謡を学ぶ	7
49	中里市民センター	中里大学 健康講座	有酸素運動・ストレッチを学ぶ	7
50	中里市民センター	中里大学 運動講座	グラウンドゴルフを楽しむ	7
51	中里市民センター	中里大学 歴史講座	平泉の文化を学ぶ	7
52	中里市民センター	中里大学 筆ペン講座	筆ペン習字を学ぶ	7
53	中里市民センター	中里大学 音楽講座	コーラスを楽しむ	7
54	中里市民センター	成人教育事業中里地区防災訓練	地震に対する防災対策	1
55	中里市民センター	成人教育事業子どもの成長発達講座	子どもの発達・成長について学ぶ	1
56	中里市民センター	成人教育事業介護予防の必要性と介護手続き講座①	楽しく学ぶ！認知症予防	1
57	中里市民センター	成人教育事業介護予防の必要性と介護手続き講座②	認知症の理解 認知症の人の困りごとと接し方	1

No.	市民センター	学級・講座名	テーマ・内容	合計開催回数
58	中里市民センター	成人教育事業介護予防の必要性と介護手続き講座③	介護サービスを利用するまでの手続き方法	1
59	中里市民センター	文化活動助長事業中里地区民文化祭展示部門	各種活動の成果発表	1
60	中里市民センター	文化活動助長事業中里地区民文化祭舞台部門	各種活動の成果発表	1
61	中里市民センター	生涯学習契機促進事業季節の手作り講座(一閑張り)	一閑張りの制作を学ぶ	2
62	中里市民センター	生涯学習契機促進事業季節の手作り講座(箱庭づくり)	多肉植物を使った箱庭づくりを学ぶ	1
63	中里市民センター	生涯学習契機促進事業季節の手作り講座(ドライフラワーリースづくり)	ドライフラワーを使ったクリスマスリースづくり	1
64	中里市民センター	生涯学習契機促進事業季節の手作り講座(門松寄せ植え)	門松寄せ植え体験	1
65	中里市民センター	生涯学習契機促進事業季節の手作り講座(ストリングアート)	ストリングアートの制作を学ぶ	1
66	中里市民センター	生涯学習契機促進事業季節の生け花講座	季節に合わせた生け花を学ぶ	6
67	中里市民センター	生涯学習契機促進事業健康増進講座(ピラティス)	免疫力向上と運動不足の解消	2
68	中里市民センター	生涯学習契機促進事業健康増進講座(バウンドテニス)	免疫力向上と運動不足の解消	2
69	中里市民センター	生涯学習契機促進事業出前講座(ほらふき)	いきがいのある生活に活用するための支援	1
70	中里市民センター	生涯学習契機促進事業出前講座(寄せ植え)	いきがいのある生活に活用するための支援	1
71	中里市民センター	生涯学習契機促進事業出前講座(ほらふき)	いきがいのある生活に活用するための支援	1
72	狐禅寺市民センター	狐禅寺探検隊	開講式、市内探検「旧真滝村の神社巡り」	1
73	狐禅寺市民センター	狐禅寺探検隊	被災地視察「陸前高田」	1
74	狐禅寺市民センター	狐禅寺探検隊	平泉・中尊寺を訪ね藤原文化に触れよう	1
75	狐禅寺市民センター	狐禅寺探検隊	市民センターまつり展示の打ち合わせ	1
76	狐禅寺市民センター	狐禅寺探検隊	移動研修「登米地域探検」	1
77	狐禅寺市民センター	狐禅寺探検隊	市内探検「達古袋方面」	1
78	狐禅寺市民センター	狐禅寺探検隊	令和6年度まとめと7年度に向けて	1
79	滝沢市民センター	滝沢お宝マップ勉強会	滝沢地区にある史跡・石碑等を解説	1
80	滝沢市民センター	あのふるさとへもう一度帰ろう	真滝地域の風景が変わった箇所をバスで巡る	1
81	滝沢市民センター	スコップ三味線体験交歓会	スコップ三味線の体験	1
82	滝沢市民センター	合唱カラオケ①	カラオケを一緒に歌おう	1
83	滝沢市民センター	船に乗って北上川を体感	北上川にて調査船ゆほずに乗船体験	1
84	滝沢市民センター	切り絵①	花のデザイン	1
85	滝沢市民センター	懐かしのレコード鑑賞	真空管アンプを通してのレコード鑑賞	1
86	滝沢市民センター	秋冬野菜作り講座①	栗原市瀬峰の渡辺採種場にて野菜作り講座	1
87	滝沢市民センター	東北新幹線車両センター見学	宮城県利府町での見学	1
88	滝沢市民センター	写経を体験	般若心経を写経する	1
89	滝沢市民センター	初めてのお菓子作り①	初心者を対象にしたお菓子作り	1
90	滝沢市民センター	合唱カラオケ②	みんなで一緒にカラオケを歌う	1
91	滝沢市民センター	切り絵②	秋をテーマにしたデザインの切り絵	1
92	滝沢市民センター	大相撲伝統文化講座	大相撲界における伝統文化知識など	1
93	滝沢市民センター	野菜作り教室②	大東町芦農園見学	1
94	滝沢市民センター	合唱カラオケ③	懐かしの歌謡曲を合唱する	1
95	滝沢市民センター	初めてのお菓子作り②	「がんづき」を作り、試食。	1
96	滝沢市民センター	切り絵③	「秋」をテーマに切り絵を楽しむ	1
97	滝沢市民センター	切り絵④	季節に合わせた切り絵を作る。	1
98	滝沢市民センター	合唱カラオケ④	合唱を含め、24曲を熱唱。	1
99	滝沢市民センター	初めてのお菓子作り③	クリスマス仕様のチョコマフィンを作る	1
100	滝沢市民センター	正月しめ縄飾り作り	正月用のしめ縄飾りを作る	1
101	滝沢市民センター	味噌加工実習	味噌の加工実習	2
102	滝沢市民センター	豆腐加工実習	豆腐の加工実習	1
103	滝沢市民センター	切り絵⑤	春を題材にした切り絵を楽しむ	1
104	滝沢市民センター	初めてのお菓子作り④	豆腐パン作り	1
105	真柴市民センター	野菜づくり教室	野菜づくりの基礎を学ぶ	1
106	真柴市民センター	創作粘土教室	樹脂粘土で小物を作る(チューリップ、ブローチ、ストラップ、マグネットなど)	4
107	真柴市民センター	門松作り教室	お正月に飾る門松を作る	1
108	真柴市民センター	館外移動研修	東北の歴史、多賀城を知って学ぶ	1
109	真柴市民センター	そば打ち教室	10割そば作り台所に積極的に入るきっかけにする	1
110	真柴市民センター	消しゴムハンコ教室	自分でオリジナルのはんこを作る	1
111	真柴市民センター	法務局出前講座	「自筆証書遺言書保管制度」「相続登記の義務化」について	1
112	巖美市民センター	成人事業:移動研修	南三陸にて、震災伝承学習	1
113	巖美市民センター	成人事業:漢方&養生講座~葉膳茶~	体質に合わせた生薬を用いて、美味しく、体に良い葉膳茶を学ぶ	1
114	巖美市民センター	成人事業「秋のウォーキング教室」	遊水地緑地記念公園を歩きながらウォーキングの基礎を学ぶ	1
115	巖美市民センター	成人事業 生け花教室	生け花教室	3
116	巖美市民センター	成人事業 干支の編み物教室	干支の編み物教室	3
117	巖美市民センター	成人事業 漢方&葉膳養生講座~温活~	玄米カイロの制作と温活についての講話	1
118	巖美市民センター	成人事業 スマホ教室	スマホを安全に使うために・インターネットの使い方	2
119	巖美市民センター	成人事業 「平泉のかをり」体験講座	香り袋づくりと講話	1
120	巖美市民センター	成人事業 編み物教室	ねこバッグづくり	2
121	菽荘市民センター	オカリナ鑑賞会	日本トップクラスのオカリナ演奏を鑑賞	1
122	菽荘市民センター	男の初心者料理教室	食生活改善推進員による料理教室	1
123	菽荘市民センター	初心者野菜作り教室	渡辺採種場瀬峰研究農場の見学	1

No.	市民センター	学級・講座名	テーマ・内容	合計開催回数
124	萩荘市民センター	大人の鶏舞教室	学校に伝わる鶏舞の練習	3
125	萩荘市民センター	初心者スマホ教室	スマホの使い方を学ぶ	4
126	萩荘市民センター	古典講座	日本神話を読む	1
127	萩荘市民センター	ヨガ教室	ヨガでリフレッシュする方法を学ぶ	3
128	萩荘市民センター	ミニ門松づくり講座	門松を作り新年を迎える	1
129	萩荘市民センター	癒しの韓国花茶教室	韓国花茶と韓菓について学ぶ	1
130	萩荘市民センター	おひな様・兜作り教室	おひな様、兜を陶芸で作る	3
131	舞川市民センター	寿学園 開講式	マリimba演奏会	1
132	舞川市民センター	寿学園 一般教養講座	健康管理、くらし、文化など幅広い分野を学ぶ。施設見学などの移動研修も行う	5
133	舞川市民センター	一般教養講座	健康づくり講演会 骨粗しょう症	1
134	舞川市民センター	寿学園 閉校式	時の太鼓の歴史	1
135	舞川市民センター	寿学園 健康講座	イスに座ってボールや樽を使った軽体操で心身を健康にリフレッシュ	5
136	舞川市民センター	寿学園 庭園講座	季節に応じた庭木の剪定を学ぶ	4
137	舞川市民センター	寿学園 陶芸講座	陶芸の作り方を学ぶ	7
138	舞川市民センター	寿学園 郷土史講座	舞川や一関周辺の歴史と文化、先人について学ぶ	5
139	舞川市民センター	寿学園 心身やわらか講座	心身を健康に維持するために、楽しく頭と体を動かす(ミュージックベル、スクエアステップ、ゲーム等)	7
140	舞川市民センター	寿学園 絵手紙講座	水彩絵の具を使い、季節の果物や野菜などの絵手紙を描く	5
141	舞川市民センター	健康ウォーキング	舞川の景観や歴史を歩きながら巡る	5
142	舞川市民センター	健康登山	まつるベトレッキング	1
143	舞川市民センター	伝統工芸教室	わら細工など昔ながらの物作り	1
144	舞川市民センター	スマホ講座	スマートフォンの使い方を学ぶ	1
145	舞川市民センター	喜多流謡曲教室	謡曲の基礎を学ぶ	3
146	舞川市民センター	AED講習会	AEDの使い方を学ぶ	1
147	弥栄市民センター	落語会	いやさか寄席	1
148	弥栄市民センター	音楽コンサート	ジャズライブ	1
149	弥栄市民センター	音楽コンサート	グランドピアノ柿落しコンサート	1
150	永井市民センター	成人教室 いきいきウォーキング	カタクリ・ミズバショウ・桜を愛でる	1
151	永井市民センター	成人教室 いきいきウォーキング	宮城オルレ 奥松島を歩く	1
152	永井市民センター	成人教室 いきいきウォーキング	世界谷地 深緑の大湿原を歩く	1
153	永井市民センター	成人教室 いきいきウォーキング	涼を求めて…新緑の八幡平!	1
154	永井市民センター	成人教室 いきいきウォーキング	避暑地の須川高原を歩く	1
155	永井市民センター	成人教室 いきいきウォーキング	自然を満喫! 唐桑トレイルを歩く	1
156	永井市民センター	成人教室 いきいきウォーキング	紅葉の平泉を歩く	1
157	永井市民センター	成人教室 いきいきウォーキング	鳴子の大深沢遊歩道を歩いてみよう	1
158	永井市民センター	成人教室 いきいきウォーキング	クリーンウォーキング	1
159	永井市民センター	成人教室 いきいきウォーキング	伊豆沼を3回に分けて1周ウォーキング	1
160	永井市民センター	女性生活学級 きらきらセミナー・高齢者学級 永寿大学	軽体操講座	1
161	永井市民センター	一般教養講座	スマホ教室①	1
162	永井市民センター	一般教養講座	スマホ教室②	1
163	涌津市民センター	涌津地区教育振興運動推進会議、研修会	教育振興運動推進にかかる会議研修会 ~「はて?」から始まる共同参画…住みやすい地域のために~	1
164	涌津市民センター	ドコモスマホ教室①	スマホの基本操作と応用①スマホ操作、迷惑メールの不安を払拭!	1
165	涌津市民センター	ドコモスマホ教室②	スマホの基本操作と応用②電話とメールを使いこなそう	1
166	涌津市民センター	ドコモスマホ教室③	スマホの基本操作と応用③写真や動画を撮影	1
167	涌津市民センター	ドコモスマホ教室④	スマホの基本操作と応用④スマートフォンインターネットを使いこなそう	1
168	涌津市民センター	ポールウォーキング教室	ポールウォーキング健康づくり・仲間づくり	1
169	涌津市民センター	初夏の須川トレッキング	トレッキング健康づくり・仲間づくり	1
170	涌津市民センター	手しごと講座①	手しごと講座「特別企画「ウッドスツールを作ろう」	1
171	涌津市民センター	紅葉の八幡平トレッキング	トレッキング健康づくり・仲間づくり	1
172	涌津市民センター	フラワーアレンジメント教室	アーティフィシャルフラワーを使ったアレンジメント	1
173	涌津市民センター	ドコモスマホ教室⑤	スマホの基本操作と応用⑤いろんなアプリを使おう	1
174	涌津市民センター	美力UP講座	今日はゆっくり女子力UP!「和みのヨーガ」	1
175	涌津市民センター	ドコモスマホ教室⑥	スマホの基本操作と応用⑥フリマアプリを使ってみよう	1
176	涌津市民センター	ドコモスマホ教室⑦	スマホの基本操作と応用⑦キャッシュレス決済でポイントをためよう	1
177	涌津市民センター	手しごと講座②	「食卓を華やかに彩るおもてなし料理」(飾りの巻き、ミルク茶わん蒸し、チョコチップクッキー)	1
178	涌津市民センター	ドコモスマホ教室⑧	スマホの基本操作と応用⑧スマートフォンで災害対策!	1
179	涌津市民センター	手しごと講座③移動研修	岩手の「食」と「工芸」体験会(そば打ち、さき織り)	1
180	涌津市民センター	男女共同参画講演会	「男女共同参画と地域づくり」	1
181	油島市民センター	第1回レモンクラブ健康ウォーキング	講習「歩き方講座」の後、ウォーキング油島地区内「がばっちょうコース」	1
182	油島市民センター	第1回回を楽しむ会	お花見料理	1
183	油島市民センター	第2回レモンクラブ健康ウォーキング	南三陸「志津川コース」	1
184	油島市民センター	第2回回を楽しむ会 移動研修	閑上で北限のしらすを味わう	1
185	油島市民センター	第3回レモンクラブ健康ウォーキング	「山王史跡公園あやめ園」コース	1
186	油島市民センター	第3回回を楽しむ会	韓国料理	1
187	油島市民センター	自主防災学習会	防災クロスロードゲーム、「地域でつくる災害時避難行動要支援者個別避難計画」作成事例	1

No.	市民センター	学級・講座名	テーマ・内容	合計開催回数
188	油島市民センター	お掃除講座	「おそうじを楽しもう」	1
189	油島市民センター	磐井地方の姓氏・家紋講座	一関地域弥栄地区、花泉・川崎・藤沢地域の姓氏や家紋について	4
190	油島市民センター	第4回旬を楽しむ会	春菊レシピ	1
191	油島市民センター	第4回レモンクラブ健康ウォーキング	「無夷山巖峯寺コース」	1
192	油島市民センター	スワッグ作り講座	花や葉、枝などを束ねて壁に掛ける飾り「スワッグ」の作り方を学ぶ	1
193	油島市民センター	第5回旬を楽しむ会	乳製品を使った料理	1
194	油島市民センター	第5回レモンクラブ健康ウォーキング	栗原市花山「百目木公園コース」	1
195	油島市民センター	第6回旬を楽しむ会 移動研修	室根でそば打ち体験	1
196	油島市民センター	第6回レモンクラブ健康ウォーキング	石巻「南浜復興記念公園コース」	1
197	油島市民センター	第7回旬を楽しむ会	魚料理	1
198	油島市民センター	第8回旬を楽しむ会	秋の味覚	1
199	油島市民センター	第7回レモンクラブ健康ウォーキング	金ヶ崎・水沢「歴史探訪コース」	1
200	油島市民センター	第9回旬を楽しむ会	お正月料理	1
201	油島市民センター	第10回旬を楽しむ会	鍋料理	1
202	油島市民センター	総務省デジタル活用支援推進事業 スマホ教室	①「メッセージアプリを使おう」②「FUN+WALKアプリを使って楽しく歩こう」	2
203	油島市民センター	第11回旬を楽しむ会	もち料理	1
204	油島市民センター	第12回旬を楽しむ会	山元で「ほっきめし」	1
205	花泉市民センター	おそうじを楽しもう	掃除の技術や知識を身につける	1
206	花泉市民センター	健康マーじゃんしませんか	健康マーじゃん	4
207	花泉市民センター	健康マーじゃん広場	健康マーじゃん	12
208	老松市民センター	成人学級 土づくり講習	土づくり・肥料の学び	1
209	老松市民センター	成人学級 梅干し・梅ジュースづくり教室	梅干しづくり、梅ジュースづくり	1
210	老松市民センター	成人学級 麴づくり教室	米麴づくり	1
211	老松市民センター	成人学級 麴活用術	麴調味料の作成・加工・調理	1
212	日形市民センター	日形がくえん「百歳体操」	百歳体操の継続で健康増進	37
213	日形市民センター	おらほの自慢マップ講座	地域の名称探求	12
214	日形市民センター	日形がくえん「健康ウォーキング」①	健康ウォーキング	1
215	日形市民センター	日形がくえん「健康ウォーキング」②	健康ウォーキング	1
216	日形市民センター	日形がくえん「健康ウォーキング」③	健康ウォーキング	1
217	日形市民センター	スマホ教室	スマホ(ライン)の使い方	1
218	日形市民センター	日形がくえん「健康ウォーキング」④	健康ウォーキング	1
219	日形市民センター	成人学級「コケ玉教室」	コケ玉作成	1
220	日形市民センター	成人学級「腸活講座」	腸活のお話し&体操	1
221	日形市民センター	日形がくえん「健康ウォーキング」⑤	健康ウォーキング	1
222	日形市民センター	日形がくえん「健康ウォーキング」⑥	健康ウォーキング	1
223	日形市民センター	成人学級「ストリングアート教室」	釘と糸で描くストリングアートを作ってみよう	1
224	日形市民センター	成人学級 移動研修「昭和の暮らしからSDGsを学ぼう」	SDGsを学ぶ	1
225	日形市民センター	成人学級「料理教室」	身近にある野菜を使って、減塩でおいしく食べられる方法を学ぶ	1
226	日形市民センター	成人学級「門松寄せ植え教室」	門松寄せ植え	1
227	日形市民センター	成人学級「防犯教室」	詐欺・闇バイト講話	1
228	日形市民センター	成人学級「薬剤師講話」	上手なお薬との付き合い方	1
229	日形市民センター	がんづき作り教室	郷土料理を作ってみよう	1
230	日形市民センター	軽体操教室	自宅で出来る簡単な体操	1
231	金沢市民センター	成人学級	スマホ教室	6
232	金沢市民センター	成人学級	金沢の砂金について	1
233	金沢市民センター	成人学級	奥松島健康ウォーキング	1
234	金沢市民センター	成人学級	基石海岸健康ウォーキング	1
235	金沢市民センター	成人学級	総務省補助事業「令和5年度補正予算デジタル活用支援推進事業」スマホ教室	2
236	金沢市民センター	成人学級	福祉講演会睡眠と健康の知恵袋	1
237	大原市民センター	室蓬カレッジ郷土史講座①	歴史研究「仙台藩の鉄と森林資源」	1
238	大原市民センター	室蓬カレッジ郷土史講座②	歴史研究・移動研修「まほろばの里(宮城県大和町)」	1
239	大原市民センター	室蓬カレッジ郷土史講座③	歴史研究・移動研修「身近にある文化財を保存するには…」	1
240	大原市民センター	室蓬カレッジ郷土史講座④	歴史研究「死者の表し方」	1
241	大原市民センター	室蓬カレッジ郷土史講座⑤	歴史研究「蘇民祭とその信仰について」	1
242	大原市民センター	大原地区文化祭	作品展示	2
243	大原市民センター	ウォーキング教室	ウォーキングをしながら大原地区を再発見する	1
244	大原市民センター	ウォーキング教室	移動教室・みちの潮風トレイルをウォーキング	1
245	大原市民センター	ウォーキング教室	ウォーキングをしながら大原地区を再発見する	1
246	大原市民センター	ウォーキング教室	ウォーキングをしながら大原地区を再発見する	1
247	大原市民センター	ウォーキング教室	移動教室・やくらいガーデンをウォーキング	1
248	大原市民センター	アップライトピアノのお披露目会	アップライトピアノの利用促進及び演奏会	1
249	摺沢市民センター	ヘルスアップウォーキング①	室根高原を歩く	1
250	摺沢市民センター	ヘルスアップウォーキング②	北上市方面	1
251	摺沢市民センター	ヘルスアップウォーキング③、自然観察会	伊豆沼周辺を歩く	1
252	摺沢市民センター	ヘルスアップウォーキング④	基石海岸を歩く	1
253	摺沢市民センター	ヘルスアップウォーキング⑤	千貫石森林公園を歩く	1

No.	市民センター	学級・講座名	テーマ・内容	合計開催回数
254	摺沢市民センター	摺沢歴史講座①	摺沢の地名と地域小史	1
255	摺沢市民センター	摺沢歴史講座②	引札(曆)にみる明治・大正期の摺沢の発展	1
256	摺沢市民センター	舞台技術講習会	舞台技術講習会	3
257	興田市民センター	めぐみ先生のウォーキング&軽体操教室	正しい歩き方を学び運動効果の向上を目指す	1
258	興田市民センター	こけ玉教室	一番身近で手軽な盆栽であるこけ玉作りに挑戦し、生活に植物を取り入れる	1
259	興田市民センター	野草を使った健康料理教室	身近な野草を暮らしに取り入れ調理方法、安全な食べ方を学ぶ	1
260	興田市民センター	健康づくりウォーキング①	気仙沼市唐桑半島をウォーキングする	1
261	興田市民センター	三陸復興支援研修	被災地の状況を実際に見聞きし、復興の今を肌で感じ学ぶ	1
262	興田市民センター	剪定教室	剪定方法や道具の使い方を学び日頃の庭木の手入れに活かす	1
263	興田市民センター	健康づくりウォーキング②	金ヶ崎町武家町まち歩きコースをウォーキングする	1
264	興田市民センター	寄せ植え教室-文化祭編-	寄せ植えを通じ園芸の技術や知識を学ぶ。完成作品は興田地区文化祭へ出展する	1
265	興田市民センター	寄せ植え教室-クリスマスからお正月編-	寄せ植えを通じ園芸の技術や知識を学ぶ。飾りを交換することで永く楽しめる作品を制作する。	1
266	興田市民センター	しめ縄作り教室	地域に残る伝統文化を絶えないよう次の世代と共に学び継承する	1
267	興田市民センター	令和6年度 かんたんおやつ教室	手軽にできる簡単なお菓子作りを学び、自宅時間の充実。参加者相互の交流を図る	1
268	興田市民センター	令和6年度 ひなめぐり移動研修	雛飾りの歴史性と文化に触れる学習の場とする。また文化祭等の行事における感性を活かした地域づくりの推進も図る	1
269	猿沢市民センター	ウォーキング教室	猿沢地区内ウォーキング	2
270	猿沢市民センター	パン作り体験教室	パン作り(移動研修)	1
271	猿沢市民センター	室蓬カレッジ①	平泉文化を支えた玉山(陸前高田市)の金	1
272	猿沢市民センター	ウォーキング教室②	移動研修(世界谷地原生花園)	1
273	猿沢市民センター	室蓬カレッジ②	平泉黄金文化、日本の近代化を支えた鹿折金山、大谷鉱山	1
274	猿沢市民センター	地域づくり講演会①	これからの未来を導くあなたへ	1
275	猿沢市民センター	ウォーキング教室③	移動研修(五葉湖)	1
276	猿沢市民センター	室蓬カレッジ③	鹿折金山資料館、大谷鉱山歴史資料館見学	1
277	猿沢市民センター	犬のしつけ教室	①犬育て基礎講座②実践トレーニング	2
278	猿沢市民センター	室蓬カレッジ④	奈良文化を支えた涌谷の金	1
279	猿沢市民センター	室蓬カレッジ⑤	移動研修(黄金山産金遺跡)	1
280	猿沢市民センター	ウォーキング教室④	移動研修(加美町)	1
281	猿沢市民センター	つまみ細工教室	つまみ細工でクリスマスツリー作り	2
282	猿沢市民センター	点描アート教室	点描アート	1
283	猿沢市民センター	ウォーキング教室⑤	移動研修(北上)	1
284	猿沢市民センター	猿沢地区文化祭	手芸、絵画等展示	2
285	猿沢市民センター	ケーキ作り教室	ケーキ作り	1
286	猿沢市民センター	ウォーキング教室⑥	猿沢地区内ウォーキング	1
287	猿沢市民センター	手作りピザ教室	ピザ作り	1
288	猿沢市民センター	クリスマスリースづくり教室	リース作り	1
289	猿沢市民センター	ヘルスアップ教室	ポッチャ	2
290	猿沢市民センター	クリスマス料理教室	ローストポーク、ローストレック、サンドイッチ作り	1
291	猿沢市民センター	地域づくり講演会③	昔話、一関市周辺に伝わる伝説	1
292	猿沢市民センター	新春講演会	郷土にかける思いと今後の猿沢の課題	1
293	猿沢市民センター	ガラスランプ作り教室	ガラスランプ作り	2
294	猿沢市民センター	折り紙教室	折り紙	2
295	猿沢市民センター	リラクゼーション教室	リラクゼーションを利用する方のお悩み、お家でできる足つぼ、手つぼ簡単ケア等	1
296	猿沢市民センター	そば打ち教室①	そば打ち	1
297	猿沢市民センター	薬剤師講演会	薬の正しい使い方と薬局の機能について	1
298	猿沢市民センター	そば打ち教室②	そば打ち	1
299	洪民市民センター	剪定教室	庭木の剪定に必要な知識について学ぶ	1
300	洪民市民センター	しめ縄作り講座	しめ縄作り体験を通じ、日本の伝統文化を学ぶ	1
301	洪民市民センター	洪民地区文化祭	洪民地区民並びに各団体の芸術・文化活動の成果を展示・発表する場を設け、更なる生涯学習活動の啓発に繋げる機会とする。	1
302	洪民市民センター	洪民ウォーキング	ウォーキングに取り組むことにより、楽しく健康づくりを行う機会とする。	1
303	洪民市民センター	洪民地区新年交賀会	地区民が一同に会し、新年を祝い相互の親睦を図る機会とするとともに、もって地域振興に資する。	1
304	洪民市民センター	男の料理教室	料理経験の少ない男性が料理する楽しさを感じながら、基本的な調理技術や食生活の知識を習得する。	1
305	洪民市民センター	室蓬カレッジ現代文学講座	岩手に縁のある作家の作品を読む	5
306	洪民市民センター	芸術鑑賞	芸術文化をより親しみと関心を深めるとともに、芸術文化を通じた地域の活性化や地域振興を目的に、岩手県内規模である文化の祭典「岩手芸術祭総合フェスティバル」を鑑賞する。	1
307	曾慶市民センター	春の剪定教室	環境保全、趣味といきがいづくり	1
308	曾慶市民センター	秋の剪定教室	環境保全、趣味といきがいづくり	1
309	曾慶市民センター	春のウォーキング教室	歩いて健康増進	1
310	曾慶市民センター	初夏のウォーキング教室	歩いて健康増進	1
311	曾慶市民センター	秋のウォーキング教室①	歩いて健康増進	1
312	曾慶市民センター	秋のウォーキング教室②	歩いて健康増進	1
313	曾慶市民センター	ふれあい学級「生け花教室」	「生け花教室」	3

No.	市民センター	学級・講座名	テーマ・内容	合計開催回数
314	曾慶市民センター	ふれあい学級 交流講座	交流講座	1
315	曾慶市民センター	第11回そげいのひなまつり	地元の女性達のでづくり吊るし雑展示	4
316	曾慶市民センター	ヨガ教室	体と心を優しく癒そう	4
317	千厩市民センター	市民講座館山唱歌校	唱歌合唱	26
318	千厩市民センター	市民講座健康体操教室	eエアロビクスとリラクゼーションヨガ	6
319	千厩市民センター	市民講座習字教室	習字の習得	8
320	千厩市民センター	元気セミナー①移動研修「大迫を探访」	埼玉県から移住者した方から大迫の魅力を聞く	1
321	千厩市民センター	元気セミナー②「セルフケア講座」	腸活ヨガ	1
322	千厩市民センター	元気セミナー②「セルフケア講座」	リンパマッサージ	1
323	千厩市民センター	元気セミナー②「セルフケア講座」	足つぼマッサージ	1
324	千厩市民センター	元気セミナー③「ウォーキング」	ウォーキング(遠野市)	1
325	千厩市民センター	元気セミナー③「ウォーキング」	ウォーキング(登米市)	1
326	千厩市民センター	元気セミナー③「ニュースポーツで楽しもう」	ソフトバレーボール、ポッチャ、モルック	1
327	千厩市民センター	市民講座「絵画教室」	絵画教室	30
328	千厩市民センター	千厩里山塾特別講座「古文書コース」	古文書学習	19
329	千厩市民センター	千厩里山塾「郷土の歴史を学ぶ」コース	城の歴史と見方	1
330	千厩市民センター	千厩里山塾「郷土の歴史を学ぶ」コース	移動研修「施設見学」青葉城と石垣	1
331	千厩市民センター	千厩里山塾「郷土の歴史を学ぶ」コース	移動研修「施設見学」千厩周辺のお城	1
332	千厩市民センター	千厩里山塾「郷土の歴史を学ぶ」コース	移動研修「施設見学」盛岡城と城下町について	1
333	千厩市民センター	千厩里山塾「郷土の歴史を学ぶ」コース	移動研修「施設見学」一関城と武家屋敷	1
334	千厩市民センター	千厩里山塾「郷土の歴史を学ぶ」コース	移動研修「施設見学」千厩周辺のお城を散策	1
335	千厩市民センター	婦人会フェスタ2024	笑いヨガで心も体も元気に！	1
336	小梨市民センター	いきいき成人講座	健康教室	4
337	小梨市民センター	せんまや里山塾「リフォームコース」	着物、古着のリフォーム	5
338	小梨市民センター	せんまや里山塾「デジカメ初心者コース」	デジタルカメラの操作技術の向上を図る。	5
339	小梨市民センター	冬の成人講座「パッチワーク教室」	パッチワークの学習	4
340	小梨市民センター	法務局出前講座～相続登記について～	相続登記等についての講演会	1
341	小梨市民センター	成人講座	手芸や工作などで地区民の交流を図る	4
342	小梨市民センター	健康麻雀教室	健康づくり、仲間づくり、いきがいづくり	1
343	小梨市民センター	地区民祭	芸術文化の振興と地域の活性化を図る	1
344	小梨市民センター	シルバーレクリエーション大会	地区内高齢者の健康増進と親睦・交流を図るためレクリエーション大会を開催	1
345	小梨市民センター	黄金山キャンプ場びらき	安全祈願と楽しいイベントを企画しPRと利用促進を図る	1
346	小梨市民センター	地産地消の料理教室	地域で育てられた野菜等を使った料理教室	4
347	小梨市民センター	防災調理講座	防災講座	1
348	小梨市民センター	文化講座	歴史を学ぶ移動研修・スマホ教室	4
349	小梨市民センター	男の料理教室	初心者料理教室	1
350	奥玉市民センター	せんまや里山塾「ガーデニング実践コース」	春の寄せ植え教室	1
351	奥玉市民センター	せんまや里山塾「ガーデニング実践コース」	移動研修(花工房らら倶楽部)	1
352	奥玉市民センター	せんまや里山塾「ガーデニング実践コース」	トロピカルな夏のアレンジメント教室	1
353	奥玉市民センター	せんまや里山塾「ガーデニング実践コース」	移動研修(花カフェ花音)	1
354	奥玉市民センター	せんまや里山塾「ガーデニング実践コース」	秋の寄せ植え教室～応用編～	1
355	奥玉市民センター	せんまや里山塾「ガーデニング実践コース」	ドライフラワーのお正月飾りスワッグ	1
356	奥玉市民センター	せんまや里山塾「食べて健康コース」	移動研修(えさし郷土文化館)	1
357	奥玉市民センター	せんまや里山塾「食べて健康コース」	夏野菜を美味しく食べるエコクッキング	1
358	奥玉市民センター	せんまや里山塾「食べて健康コース」	移動研修(白謙かまぼこ店門脇工場)	1
359	奥玉市民センター	せんまや里山塾「食べて健康コース」	季節の薬膳料理	1
360	奥玉市民センター	せんまや里山塾「食べて健康コース」	あると助かる！常備菜レシピ	1
361	奥玉市民センター	せんまや里山塾「食べて健康コース」	免疫力を高める食事～ビタミンEの効果を知ろう～	1
362	奥玉市民センター	あらたま水曜塾～おとな版～	陶芸教室(ご飯茶碗作り)	1
363	奥玉市民センター	あらたま水曜塾～おとな版～	ミニ畳づくり教室	1
364	奥玉市民センター	あらたま水曜塾～おとな版～	移動研修(みやぎの明治村)	1
365	奥玉市民センター	あらたま水曜塾～おとな版～	消しゴムハンコ作り教室	1
366	奥玉市民センター	あらたま水曜塾～おとな版～	おこわ作り教室	1
367	奥玉市民センター	あらたまウォーキング	毎日をいきいきと健康に!!地区内ウォーキング	9
368	奥玉市民センター	あらたまウォーキング	毎日をいきいきと健康に!!地区内ウォーキング(移動研修)	1
369	奥玉市民センター	あらたまウォーキング	毎日をいきいきと健康に!!地区内ウォーキング(移動研修)	1
370	奥玉市民センター	健康スポーツ教室	腰痛体操	1
371	奥玉市民センター	健康スポーツ教室	ニュースポーツ体験会	1
372	奥玉市民センター	大東地域統計調査員協議会研修会	ことばのテキスト「言海」活用講座	1
373	奥玉市民センター	宝築自治会出前講座	協働のまちづくり講話	1
374	磐清水市民センター	いきいき健康教室(春の部)	いきいき百歳体操、かみかみ体操	8
375	磐清水市民センター	いきいき健康教室	腸活セミナー	1
376	磐清水市民センター	いきいき健康教室	軽体操	1
377	磐清水市民センター	いきいき健康教室	健康レク	1
378	磐清水市民センター	いきいき健康教室(冬の部)	いきいき百歳体操、かみかみ体操	12
379	磐清水市民センター	いきいき健康教室	レク式体力測定	1
380	磐清水市民センター	いきいき健康教室	軽体操	1

No.	市民センター	学級・講座名	テーマ・内容	合計開催回数
381	磐清水市民センター	いきいき健康教室	認知症予防体操	1
382	磐清水市民センター	いきいき健康教室	軽体操	1
383	磐清水市民センター	せんまや里山塾「花のある暮らし」コース	移動研修	1
384	磐清水市民センター	せんまや里山塾「花のある暮らし」コース	初夏の寄せ植え教室	1
385	磐清水市民センター	せんまや里山塾「花のある暮らし」コース	ハーバリウム教室	1
386	磐清水市民センター	せんまや里山塾「花のある暮らし」コース	移動研修	1
387	磐清水市民センター	せんまや里山塾「花のある暮らし」コース	秋の寄せ植え教室	1
388	磐清水市民センター	せんまや里山塾「花のある暮らし」コース	稲穂のしめ縄スワッグ教室	1
389	磐清水市民センター	3.11仮設住宅体験会	仮設住宅体験	1
390	磐清水市民センター	リフォーム教室	浴衣地などを使ったゆったりホームウェア	1
391	磐清水市民センター	まゆクラブ教室	まゆで秋のリース作り	1
392	磐清水市民センター	スマホ教室	本当の初心者のためのスマホ教室	3
393	磐清水市民センター	健康麻雀教室	初心者のための健康麻雀	5
394	磐清水市民センター	健康麻雀教室(追加講座)	初心者のための健康麻雀	2
395	磐清水市民センター	男の料理教室	和食から中華まで挑戦してみよう	3
396	磐清水市民センター	ウォーキング	ウォーキング	1
397	磐清水市民センター	体協ウォーキング	ウォーキング	1
398	磐清水市民センター	グラウンドゴルフ大会	グラウンドゴルフを楽しもう	2
399	磐清水市民センター	磐清水地区シャフルボード大会	シャフルボードを楽しもう	1
400	東山市民センター	川釣講座・鮎釣り編	伊藤氏の著書「鮎師へ贈る 想定外な進化論」	1
401	東山市民センター	川釣講座・溪流編	「ヤマメ釣りの一番のコツ」	1
402	東山市民センター	第47回東山書初め席上揮毫会	新年の希望や抱負を筆に託して書初めを行い、伝統文化の継承に努める。	1
403	東山市民センター	令和6年度謡曲講座	伝統文化の継承	4
404	東山市民センター	ドローン体験教室	ドローンの操縦を楽しく体験する。	1
405	東山市民センター	初心者スマホ教室	スマホ操作(初級)	9
406	東山市民センター	東山子ども園家庭教育学級	情報メディアとの上手な付き合い方	1
407	田河津市民センター	さわやか出前講座「わすれな草」	手工芸作品づくり	2
408	田河津市民センター	さわやか出前講座「横沢婦人会」	手工芸作品づくり	3
409	田河津市民センター	さわやか出前講座「野土婦人会」	手工芸作品づくり	1
410	田河津市民センター	さわやか出前講座「カサブランカ」	手工芸作品づくり	3
411	田河津市民センター	さわやか出前講座「野土ふれあいいきいきサロン」	脳トレ体操	1
412	田河津市民センター	さわやか出前講座「野土ふれあいいきいきサロン」	軽体操・脳トレ	1
413	田河津市民センター	さわやか出前講座「野土ふれあいいきいきサロン」	手工芸作品づくり	1
414	田河津市民センター	さわやか出前講座「野土ふれあいいきいきサロン」	クリスマスソングを楽器で奏でる	1
415	田河津市民センター	さわやか出前講座「野土ふれあいいきいきサロン」	健康講話と脳トレ	1
416	田河津市民センター	くらしの法律セミナー	空き家の管理や、相続、登記について学ぶ	1
417	松川市民センター	初心者スマホ教室	スマホの基本操作アプリについて	2
418	松川市民センター	多肉植物の寄せ植え講習	多肉植物の魅力について・寄せ植え	1
419	松川市民センター	さわやか出前講座(野平さわやかセミナー)	芸能(スコップ三味線の習得)	1
420	松川市民センター	さわやか出前講座(野平さわやかセミナー)	料理講習	1
421	松川市民センター	さわやか出前講座(フレンドサークル)	料理講習	2
422	松川市民センター	さわやか出前講座(松川八区婦人会)	園芸(多肉植物の寄せ植え)	1
423	松川市民センター	さわやか出前講座(松川第10区自治会教文部)	手工芸	2
424	松川市民センター	男の料理教室	できる男子は厨房に入る！フレイル予防料理、高血圧料理	2
425	室根市民センター	一刀彫教室	干支(巳)を彫ろう！	5
426	室根市民センター	陶芸教室	陶芸教室	1
427	室根市民センター	スマホ写真教室	プロが教える写真のこと	1
428	室根市民センター	初心者カメラ教室	プロが教える写真のこと	4
429	室根市民センター	コケ玉作り教室	コケ玉作り教室	1
430	室根市民センター	切り絵教室	切り絵教室	3
431	室根市民センター	成人わいわい塾移動研修	温故知新～過去と未来の技術を学ぶ～	1
432	室根市民センター	正月飾り作り教室	ミニ門松作り	1
433	室根市民センター	男の料理教室	俺にだってできる『家庭料理』	2
434	室根市民センター	文化史講座移動研修	城柵跡から見る前九年・後三年の役	1
435	室根市民センター	文化史講座①	安永風土記から知る郷土～江戸時代の室根～上折壁編	1
436	室根市民センター	文化史講座②	地元の歴史を探る方法～戊辰戦争と室根～	1
437	室根市民センター	むろね文芸(年間優秀賞作品選考)	短歌、俳句、川柳	12
438	室根市民センター	むろね文芸(年間優秀賞作品選考)	短歌、俳句、川柳	1
439	川崎市民センター	あすの川崎を築く住民活動推進会議①	相続登記の義務化について	1
440	川崎市民センター	あすの川崎を築く住民活動推進会議②	男女共同参画でのまちづくり	1
441	川崎市民センター	川の大薬校 地域経営コース①	市政を聴く会	1
442	川崎市民センター	川の大薬校 地域経営コース②	自治会活動の課題1	1
443	川崎市民センター	川の大薬校 地域経営コース④	自治会活動の課題2	1
444	川崎市民センター	「好きと得意」を生かす教室 ～ アグリくらぶ① ～	「夏野菜の活用について」季節の野菜を使った献立の紹介(調理実習を含む)野菜の保存方法	1
445	川崎市民センター	「好きと得意」を生かす教室 ～ アグリくらぶ② ～	「リース風寄せ植え」季節の花を材料にしたフラワーアレンジメント	1

No.	市民センター	学級・講座名	テーマ・内容	合計開催回数
446	川崎市民センター	学級生大会並びに合同閉講式	生涯学習の必要性を再認識するとともに、新たな取り組みにつなげる発表「地域経営コース」、「チクチクくらぶ」講演「小・中学校と地域との連携について」	1
447	川崎市民センター	かわさきの味・かわさきの食の匠	食文化の紹介	1
448	藤沢市民センター	生涯学習講座わくわくセミナー	英会話	24
449	藤沢市民センター	生涯学習講座わくわくセミナー	茶道(裏千家)	20
450	藤沢市民センター	生涯学習講座わくわくセミナー	コーラス	24
451	藤沢市民センター	生涯学習講座わくわくセミナー	太極拳	24
452	藤沢市民センター	生涯学習講座わくわくセミナー	韓国語	20
453	藤沢市民センター	竹細工教室	竹で箆を編む	1
454	藤沢市民センター	韓国語教室	韓国語に触れる	1
455	藤沢市民センター	太極拳教室	太極拳で体幹を鍛える	1
456	藤沢市民センター	夏季吟行会	詩歌づくり、写真撮影会	1
457	藤沢市民センター	スマホ教室	スマホでふるさと納税	1
458	藤沢市民センター	ベトナム語教室	ベトナム語に触れる	1
459	藤沢市民センター	熱気球係留体験搭乗会	熱気球に搭乗	1
460	藤沢市民センター	スマホカメラ講座	スマホカメラの撮影技術を学ぶ	1
461	藤沢市民センター	秋季吟行会	詩歌づくり、写真撮影会	1
462	藤沢市民センター	生け花教室	生け花	1
463	藤沢市民センター	冬季吟行会	詩歌づくり、写真撮影会	1
その他成人一般集計				1039