

R7実績_その他成人一般

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	モルックくらぶ	モルック競技	12
2	一関市民センター	一関の先人偉人の足跡を学ぶ郷土歴史講座	一関藩最後の藩主の嗣子・田村鎮の生涯／田村鎮の軍事関連遺構と戦争の記憶	4
3	一関市民センター	もう一度皆で学ぼう古典文学を	伊勢物語	3
4	一関市民センター	ホームスパン製作体験会	ホームスパン	1
5	一関市民センター	絵手紙で年賀状を書いてみよう	絵手紙	2
6	一関市民センター	相続登記の義務化	相続登記について	1
7	一関市民センター	蕎麦打ち体験教室	蕎麦打ち	1
8	一関市民センター	美味しい麺つゆをつくろう	麺つゆづくり	1
9	一関市民センター	スイーツづくり体験講座	親子でつくるクリスマスケーキ	1
10	一関市民センター	初心者&体験者 七宝焼き講座	七宝焼き	1
11	関が丘市民センター、関が丘まちづくり協議会共催	玄米ニギニギ体操	玄米ニギニギ体操を行う	24
12	関が丘市民センター	日本語教室	外国人への日本語支援	13
13	関が丘市民センター	軽体操ストレッチ教室	自宅でも気軽にできる軽体操を学ぶ	6
14	関が丘市民センター	リンパケア・ヨガ教室	リンパケア・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	トレッキングで心と身体を鍛える	1
16	関が丘市民センター	JA米集出荷センター輝（きらり）見学	7月JA米集出荷センター輝（きらり）見学	1
17	関が丘市民センター	スマホ教室①(ドコモ)	スマホの基本操作を学ぶ	1
18	関が丘市民センター	ウォーキング教室	正しい歩き方を知り、楽しく歩く	3
19	関が丘市民センター	R7男女共同参画推進事業講演会	男女共同参画への理解を深めるため講演会を実施	1
20	関が丘市民センター	リズムステップ体験会	健康体操「リズムステップ」の体験会	1
21	関が丘市民センター	スマホ教室②（ドコモ）	スマホの応用操作を学ぶ	1
22	関が丘市民センター	料理教室	関が丘食生活改善推進員の方による健康料理教室	1
23	関が丘市民センター	博物館・美術館見学	博物館・美術館見学	1
24	山目市民センター	健康講座	健康講座	3
25	山目市民センター	苔玉づくり講座	苔玉作り	1
26	山目市民センター	初夏の秋田駒ヶ岳トレッキング	トレッキング	1
27	山目市民センター	陶芸講座～陶器で植木鉢を作ろう～	植木鉢作り	3
28	山目市民センター	源氏神話の原点を学ぶ会	史跡を見て歴史を学ぶ	1
29	山目市民センター	やまのめの文化財探訪～若宮館・泥田廃寺を学ぶ～	山目地区内の文化財を見て学ぶ	1
30	山目市民センター	男の料理教室	男性だけで料理を作る	3
31	山目市民センター	紅葉の栗駒山トレッキング	トレッキング	1
32	山目市民センター	門松風寄せ植え講座	門松を寄せ植え風にアレンジして作る	1
33	中里市民センター	中里大学一般教養講座	市長歴任時の取り組みとねらい	1
34	中里市民センター	中里大学一般教養講座	中里と鶏舞	1
35	中里市民センター	中里大学一般教養講座	災害に備える	1
36	中里市民センター	中里大学一般教養講座	マイナンバーカードについて	1
37	中里市民センター	中里大学一般教養講座	修学旅行	1
38	中里市民センター	中里大学一般教養講座	介護に備える	1
39	中里市民センター	中里大学一般教養講座	MYライフプラン&エンディングセミナー	1
40	中里市民センター	中里大学一般教養講座	中里と二十日夜祭	1
41	中里市民センター	中里大学一般教養講座	害獣対策	1
42	中里市民センター	中里大学健康講座	健康体操	7

R7実績_その他成人一般

No.	市民センター	学級・講座名	テーマ・内容	合計開催回数
43	中里市民センター	中里大学芸能講座	民謡の習得	7
44	中里市民センター	中里大学運動講座	グランドゴルフ、ポッチャ	7
45	中里市民センター	中里大学歴史講座	中里の歴史と文化	7
46	中里市民センター	中里大学筆ペン講座	筆ペン習字	7
47	中里市民センター	中里大学音楽講座	コーラス	7
48	中里市民センター	昔かたり講座	語り部の魅力を知る	1
49	中里市民センター	昔語り講座	語り部の魅力を知る	1
50	中里市民センター	出前講座	中里と鶏舞	1
51	中里市民センター	出前講座	春野菜、夏秋野菜の育て方	1
52	中里市民センター	出前講座	おはなし会	1
53	中里市民センター	陶芸講座	作陶	5
54	中里市民センター	季節の手作り講座	コケリウムづくり	1
55	中里市民センター	季節の手作り講座	門松寄せ植え体験	1
56	中里市民センター	季節の生け花講座	生け花	6
57	中里市民センター	健康増進講座	ニュースポーツ	2
58	中里市民センター	健康増進講座	軽運動	2
59	狐禅寺市民センター	狐禅寺探検隊	巖美方面探検	1
60	狐禅寺市民センター	狐禅寺探検隊	栗原市探検	1
61	狐禅寺市民センター	狐禅寺探検隊	被災地視察「気仙沼」	1
62	狐禅寺市民センター	狐禅寺探検隊	藤原の郷探検	1
63	滝沢市民センター	ステンドグラス体験講座	～初級編～コースター作り	2
64	滝沢市民センター	ゆはず乗船体験	北上川調査船に乗船し、川崎から一関市街地方向の北上川を学習する	1
65	滝沢市民センター	季節の切り絵を楽しむ	～夏～をテーマに作製	1
66	滝沢市民センター	懐かしのレコード鑑賞	懐かしい音楽をレコードで鑑賞	1
67	滝沢市民センター	野菜作り講座	プロに野菜作りのコツやポイントを聞く	1
68	滝沢市民センター	季節の切り絵を楽しむ	～秋～をテーマに作製	1
69	滝沢市民センター	蕎麦打ち体験	実際に蕎麦打ちをおこない試食する	1
70	滝沢市民センター	健康麻雀	楽しく脳トレ	2
71	滝沢市民センター	懐かしのレコード鑑賞	懐かしい音楽をレコードで鑑賞	1
72	滝沢市民センター	季節の切り絵を楽しむ	～干支・正月～をテーマに作製	1
73	滝沢市民センター	健康麻雀	楽しく脳トレ	1
74	滝沢市民センター	野菜たっぷり献立ともしものごはん	野菜をたくさん摂れる献立全4品と災害時役立つ炊飯の実演と試食	1
75	滝沢市民センター	味噌加工実習	地場産大豆と米を材料として味噌作りを手づくり	2
76	滝沢市民センター	豆腐加工実習	地場産大豆と米を材料として豆腐作りを手づくり	1
77	滝沢市民センター	健康麻雀	楽しく脳トレ	1
78	滝沢市民センター	季節の切り絵を楽しむ	～春～をテーマに作製	1
79	真柴市民センター	館外移動研修	自然の中でしいたけの収穫を体験しよう	1
80	真柴市民センター	ラーメン作り教室	ラーメン作りを覚えて、家族や友人に振舞おう。台所に積極的に入るきっかけにする	1
81	真柴市民センター	モルック教室	ニュースポーツで体を動かして運動不足を解消しよう	9
82	巖美市民センター	成人事業：移動研修	防災学習「海街巡り～震災の伝承と復興①」	1
83	巖美市民センター	成人事業：軽体操&ストレッチ教室	運動を通しての健康増進	20
84	巖美市民センター	成人事業：移動研修	防災学習「東松島探訪～震災の伝承と復興②」	1
85	巖美市民センター	成人事業 陶芸教室	お雛様づくり	2
86	巖美市民センター	成人事業 移動研修	秋田路の旅～晩秋～	20
87	巖美市民センター	成人事業 生け花教室	生け花教室	3

R7実績_その他成人一般

No.	市民センター	学級・講座名	テーマ・内容	合計開催回数
88	巖美市民センター	成人事業 編み物教室	干支の編み物教室	3
89	巖美市民センター	成人事業 ギャザリングの寄せ植え教室	ギャザリングの寄せ植え	1
90	巖美市民センター	成人事業 お正月フラワーアレンジメント教室	フラワーアレンジメント	1
91	巖美市民センター	成人事業 編み物教室	お花のブーケコースターづくり	2
92	巖美市民センター	成人事業 スキンケア教室	スキンケア教室	1
93	萩荘市民センター	石窯作り & 石窯料理体験会	石窯で調理をしてみよう	1
94	萩荘市民センター	道具のメンテナンスをしよう	日々の生活で使う(包丁・鎌・チップソー)などの目立て その他	4
95	萩荘市民センター	初心者スマホ教室	初心者向けスマホ使用の講習会	2
96	萩荘市民センター	男の初心者料理教室	男性も料理を	1
97	萩荘市民センター	庭木の剪定教室	ツツジ等庭木の剪定指導	1
98	萩荘市民センター	百人一首と万葉集	初心者向け古典を学ぶ	1
99	萩荘市民センター	市野々ウォーキング	健康づくりと親睦、地域再発見	1
100	萩荘市民センター	昭和の歌謡曲を一緒に	音楽鑑賞会	1
101	萩荘市民センター	みそ作り体験教室	地域の方からみそ作りを教わる	2
102	萩荘市民センター	野菜作り教室	渡辺採種場瀬峰研究農場の見学	2
103	萩荘市民センター	ヨガ教室	ヨガで体と心の整え方を学ぶ	3
104	萩荘市民センター	リンパマッサージ体験教室	リンパマッサージによるセルフケアの方法を体験する	2
105	萩荘市民センター	はじめての薬膳&スパイス教室	季節の薬膳について学ぶ	1
106	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
107	舞川市民センター	寿学園一般教養講座(開校式)	中国・上海に暮らしてみても私が暮らした中国の思い出～	1
108	舞川市民センター	寿学園一般教養講座	女川原子力P Rセンター見学	1
109	舞川市民センター	寿学園一般教養講座	舞川小学校30周年記念事業逢田神楽・舞川鹿子躍鑑賞、BAKERUの学校(デジタルアート体験)見学	1
110	舞川市民センター	寿学園一般教養講座	事前準備で家族も安心 わかりやすい相続のお話	1
111	舞川市民センター	寿学園一般教養講座(閉校式)	朗読とピアノでお話し音楽会	1
112	舞川市民センター	寿学園 健康講座①	イスに座ってボールやタオルを使った軽体操	6
113	舞川市民センター	寿学園 健康講座②	百歳体操を2会場 で週1回開催。3か月に1回体力測定をする	12
114	舞川市民センター	寿学園 庭園講座	庭園巡りと庭木の剪定方法を学ぶ	2
115	舞川市民センター	寿学園 庭園講座 移動研修	庭園巡り	2
116	舞川市民センター	寿学園 陶芸講座	陶芸の作り方を学ぶ	6
117	舞川市民センター	寿学園 陶芸講座 移動研修	陶芸の作り方を学ぶ	1
118	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
119	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)	6
120	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
121	舞川市民センター	健康登山	栗駒山	1
122	舞川市民センター	料理教室	クリスマスケーキの作り方	1
123	舞川市民センター	伝統工芸教室	しめ縄飾り	1
124	弥栄市民センター	いやさか寄席	講談会	1
125	弥栄市民センター	JAZZ Night in Yasakae Vol,4	ジャズライブ Vol.4	1
126	永井市民センター	成人教室 いきいきウォーキング	西行桜の森を歩く	1
127	永井市民センター	成人教室 いきいきウォーキング	碁石海岸遊歩道を歩こう	1
128	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!初夏の網張	1

R7実績_その他成人一般

No.	市民センター	学級・講座名	テーマ・内容	合計開催回数
129	永井市民センター	成人教室 いきいきウォーキング	須川で高原歩きを楽しもう	1
130	永井市民センター	成人教室 いきいきウォーキング	八幡平山頂を目指して！	1
131	永井市民センター	成人教室 いきいきウォーキング	景勝地 浄土ヶ浜を歩く	1
132	永井市民センター	成人教室 いきいきウォーキング	紅葉の鳴子峡を歩こう	1
133	永井市民センター	成人教室 いきいきウォーキング	骨寺村荘園遺跡 日本の原風景を歩く	1
134	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
135	永井市民センター	成人教室 いきいきウォーキング	内沼一周ウォーキング	1
136	永井市民センター	成人教育事業	市民センター参観研修 水墨画を体験してみよう	1
137	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、迷惑メール対応	1
138	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	1
139	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写真や動画の撮影	1
140	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	1
141	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
142	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
143	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	1
144	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
145	涌津市民センター	「和みのヨーガ講座」	心と身体を癒し、自分自身を整える「和みのヨーガ」を学ぶ	1
146	涌津市民センター	トレッキング①	古民家巡りトレッキングと春花鑑賞	1
147	涌津市民センター	トレッキング②	松島の歴史を堪能！瑞巖寺・雄島トレッキング	1
148	涌津市民センター	トレッキング③	夏の八幡平トレッキング	1
149	涌津市民センター	「ディップアートフラワー体験講座」	ディップアートフラワーの創作体験 「ミニローズ(1本)」	1
150	涌津市民センター	「スキンケアレッスン」	正しい「スキンケア」の基本を学ぶ	1
151	涌津市民センター	「お正月を彩るフラワーアレンジメント教室」	生涯学習、参加者同士の交流を図る	1
152	涌津市民センター	手しごと講座①②「綿棒でつくるお雛様」	身近な材料を使って実用性と趣味の充実を図る	2
153	涌津市民センター	手しごと講座③「ヘルシーな豆腐・豆で大豆たんぱくを！」	不足しがちな「たんぱく質」を豆腐や大豆から摂取する料理を習得する	1
154	涌津市民センター	手しごと講座④(移動研修) 「『塩づくり』をやってみよう」	塩づくり体験、気仙沼・本吉広域防災センターの研修視察	1
155	涌津市民センター	健康マージャン教室①②	脳トレ、フレイル予防、健康づくり、仲間づくり、生きがいづくり	2
156	涌津市民センター	ポッチャの日	ポッチャの体験 「ポッチャ」を通じて相互交流を深める	24
157	涌津市民センター	紫館公園「桜まつり」	桜の名所としての公園の景観整備による地域住民の憩いの場づくりを進める (主催:涌津まち協、共催:涌津市民センター)	1
158	涌津市民センター	紫桜会の活動支援	若者組織「紫桜会」に市民センター事業やまち協事業にサポート役として参加してもらうとともに自主活動を支援する	
159	油島市民センター	旬を楽しむ会①	料理教室 (春を感じる華やか料理)	1
160	油島市民センター	旬を楽しむ会②	料理教室 (5月お楽しみ料理)	1
161	油島市民センター	旬を楽しむ会③	料理教室 (移動研修 魚の美味しい食べ方)	1
162	油島市民センター	旬を楽しむ会④	料理教室 (おいしく夏野菜～火を使わないレシピ～)	1
163	油島市民センター	旬を楽しむ会⑤	料理教室 (夏バテ防止)	1
164	油島市民センター	旬を楽しむ会⑥	料理教室 (減塩&糖質オフのスパイス&ハーブご飯)	1
165	油島市民センター	旬を楽しむ会⑦	料理教室 (もしもの時の簡単レシピ)	1
166	油島市民センター	旬を楽しむ会⑧	料理教室 (魚料理)	1
167	油島市民センター	旬を楽しむ会⑨	料理教室 (移動研修 そば打ち)	1
168	油島市民センター	旬を楽しむ会⑩	料理教室 (おもてなし料理)	1

R7実績_その他成人一般

No.	市民センター	学級・講座名	テーマ・内容	合計開催回数
169	油島市民センター	旬を楽しむ会①	料理教室（餅つき、餅料理）	1
170	油島市民センター	旬を楽しむ会②	料理教室（移動研修 テーブルマナー講座）	1
171	油島市民センター	レモンクラブ健康ウォーキング①	いちご狩りコース	1
172	油島市民センター	レモンクラブ健康ウォーキング②	北上展勝地コース	1
173	油島市民センター	レモンクラブ健康ウォーキング③	多賀城跡あやめ園コース	1
174	油島市民センター	レモンクラブ健康ウォーキング④	花巻温泉バラ園コース	1
175	油島市民センター	レモンクラブ健康ウォーキング⑤	ホエールタウン社鹿コース	1
176	油島市民センター	レモンクラブ健康ウォーキング⑥	気仙沼大島コース	1
177	油島市民センター	地元学講座	磐井地方の姓氏・家紋⑤～⑩	6
178	油島市民センター	地元学(油島お宝学習会)移動研修	貝塚から縄文時代のくらしを学ぶ	1
179	油島市民センター	法務局出前講座	相続登記について	1
180	油島市民センター	熱気球係留体験搭乗会	鳥の目線を体感しよう	1
181	油島市民センター	カラオケ健康教室	腹式呼吸で健康づくり	12
182	油島市民センター	健康マージャン教室	マージャンを通してつくる健康とつながり	24
183	油島市民センター	健康ウォーキング講座	講話・ストレッチ・地区内ウォーキング	2
184	油島市民センター	健康ウォーキング講座	講話・ストレッチ・地区内ウォーキング	2
185	花泉市民センター	成人教室	ウッドバーニング教室	1
186	花泉市民センター	成人教室	花泉男子料理教室	2
187	花泉市民センター	第1回リアル野球盤大会	リアル野球盤大会	1
188	花泉市民センター	花泉地区スポーツフェスティバル	ニュースポーツ大会	1
189	老松市民センター	成人学級 梅みそ・梅ジュースづくり教室	梅みそづくり、梅ジュースづくり	1
190	老松市民センター	成人学級 有機肥料講習	土づくり・有機肥料の学び、有機肥料センター見学	1
191	老松市民センター	成人学級 麴づくり教室	米麴づくり	3
192	老松市民センター	成人学級 麴活用術	甘酒スイーツづくり	1
193	老松市民センター	女性生活学級・成人学級	料理教室・そば打ち	1
194	老松市民センター	グラウンドゴルフ大会	グラウンドゴルフ	1
195	老松市民センター	ニュースポーツフェスタ	ニュースポーツの体験	1
196	老松市民センター	東西対抗ナイターソフトボール大会	ソフトボール	1
197	日形市民センター	おらほの自慢マップ講座	地域の名勝探求	12
198	日形市民センター	健康ウォーキング①	平泉をウォーキング	1
199	日形市民センター	健康ウォーキング②	黒崎仙峡をウォーキング	1
200	日形市民センター	健康ウォーキング③	花巻釜淵の滝をウォーキング	1
201	日形市民センター	健康ウォーキング④	女川をウォーキング	1
202	日形市民センター	健康ウォーキング⑤	大島をウォーキング	1
203	日形市民センター	健康ウォーキング⑥	みちのく杜の湖畔公園をウォーキング	1

No.	市民センター	学級・講座名	テーマ・内容	合計開催回数
204	日形市民センター	成人学級 創作教室	とんぼ玉作り	1
205	日形市民センター	成人学級 料理教室	旬の食材を使った料理教室	1
206	日形市民センター	成人学級 料理教室	飾り巻きずし教室	1
207	日形市民センター	成人学級 移動研修	震災遺構 大川小学校見学 木の屋石巻水産美里工場見学	1
208	日形市民センター 日形地区体育協会共催	日形地区レクリエーション大会	モルック	1
209	日形市民センター 一関市健康づくり課共催	歯科医師講演会	「健康寿命を延ばすために重要なオーラルフレイル」講演会	1
210	日形市民センター	成人学級 軽体操教室	軽体操教室	3
211	金沢市民センター	成人学級	健康ウォーキング	1
212	金沢市民センター	成人学級	健康ウォーキング	1
213	金沢市民センター	成人学級	男女共同△料理教室	1
214	金沢市民センター	成人学級	移動研修 昭和の学校、エーデルワイン工場	1
215	金沢市民センター	成人学級	和太鼓教室	5
216	金沢市民センター	成人学級	モルック講習会	1
217	金沢市民センター	シルバー学級	健康福祉講演会 『上手な薬との付き合い方』	1
218	大原市民センター	室達カレッジ 歴史専門講座①	ふるさと再考～郷土の歴史・文化・ゆかりの人物を訪ねる～ ①仙台藩主の旅から見た大原・一関	1
219	大原市民センター	室達カレッジ 歴史専門講座②	ふるさと再考～郷土の歴史・文化・ゆかりの人物を訪ねる～ ②巡礼の道 -観音信仰と地方霊場を中心に-	1
220	大原市民センター	室達カレッジ 歴史専門講座③	ふるさと再考～郷土の歴史・文化・ゆかりの人物を訪ねる～ ③考古学からみた東北キリシタン	1
221	大原市民センター	室達カレッジ 歴史専門講座④	ふるさと再考～郷土の歴史・文化・ゆかりの人物を訪ねる～ ④【移動研修】後藤寿庵ゆかりの地を訪ねて	1
222	大原市民センター	室達カレッジ 歴史専門講座⑤	ふるさと再考～郷土の歴史・文化・ゆかりの人物を訪ねる～ ⑤【移動研修】仙台市博物館「常設展示及び企画展」	1
223	大原市民センター	ウォーキング講座①	ウォーキングを行い、運動習慣を身につけ、健康づくりの機会とする ①つつじの名所 徳仙丈山をウォーキング	1
224	大原市民センター	ウォーキング講座②	ウォーキングを行い、運動習慣を身につけ、健康づくりの機会とする ②大原地域内をウォーキング	1
225	大原市民センター	ウォーキング講座③	ウォーキングを行い、運動習慣を身につけ、健康づくりの機会とする ③大原地域内をウォーキング	1
226	大原市民センター	ウォーキング講座④	ウォーキングを行い、運動習慣を身につけ、健康づくりの機会とする ④大原地域内をウォーキング	1
227	大原市民センター	ウォーキング講座⑤	ウォーキングを行い、運動習慣を身につけ、健康づくりの機会とする ⑤神々の道を歩く 奥州二社めぐり ウォーキング	1
228	大原市民センター	成人講座 歌って健康づくり	歌を歌い、参加者の健康作り。参加者の交流を深める機会とする	2
229	大原市民センター共催	歯科衛生士講演会	お口の老化（オーラルフレイル）予防について	1
230	摺沢市民センター	ヘルスアップウォーキング①	かたくり群生地を歩く	1
231	摺沢市民センター	ヘルスアップウォーキング②	室根山を歩く	1
232	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	湖風トレイルを歩く	1
233	摺沢市民センター	ヘルスアップウォーキング④	やくらいガーデンを歩く	1
234	摺沢市民センター	ヘルスアップウォーキング⑤	栗駒山 須川高原を歩く	1
235	摺沢市民センター	摺沢歴史講座①	移動研修「東川院・民俗資料館」	1
236	摺沢市民センター	舞台技術講習会	舞台技術講習会	3
237	摺沢市民センター	男女共同参画講演会	「ひとりひとりが幸せなまちづくり」	1
238	摺沢市民センター	食生活研修会	地域外の先進的な取り組みや施設を視察する	1
239	興田市民センター	ハンドトリートメント講座	手の疲れの軽減、認知症予防、ふれあいによるストレスの削減	1
240	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

No.	市民センター	学級・講座名	テーマ・内容	合計開催回数
241	興田市民センター	お手軽クッキング教室	難しい調理器具を使わず簡単に毎日の生活に取り入れられる献立を学ぶ	1
242	興田市民センター	すこやか麻雀教室	健全な頭脳スポーツとして麻雀に取り組む	3
243	興田市民センター	すこやか麻雀教室おさらい会	健全な頭脳スポーツとして麻雀に取り組む 地域住民の交流の場づくり	3
244	興田市民センター	すこやか麻雀広場	健全な頭脳スポーツとして麻雀に取り組む 地域住民の交流の場づくり	13
245	興田市民センター	「捨てたその先」を知る移動研修	地域で出る身近なゴミを通し、現代の環境問題を知ることで、日頃取り組んでいる資源回収の大切さの再認識や、リサイクルを意識した取り組みについて考える	1
246	興田市民センター	はじめての俳句のつくり方	四季を感じる自然とのふれあいや自己表現をすることで感性を磨き新鮮な毎日を送る	1
247	興田市民センター	剪定教室	庭木の剪定の仕方、道具の使い方を学び地域内の環境整備を図る	1
248	興田市民センター	寄せ植え教室	庭がなくても挑戦できる寄せ植え作品を作成することで季節の花々を生活に取り入れ心を豊かにする	1
249	興田市民センター	しめ縄作り教室	正月用のしめ縄作りを学び当地域における文化伝承を促す	1
250	興田市民センター	ひなめぐり移動研修	雛飾りの展示会を見学する。作品そのものや、ひな祭りの開催方法、展示方法を学ぶ	1
251	興田市民センター	興田地区バウンドテニス交流大会	ラリー制で総打数を競ったり、ペアを変えての総当たり試合を行ったりし、練習成果発揮の場とする	1
252	興田市民センター	第30回「最後の」興田ソフトテニス大会	令和7年度を以て廃止となる伊勢館公園テニスコートで最後の大会を開催する	1
253	興田市民センター	興田地区民交流グラウンド・ゴルフ文化祭大会	第59回興田地区文化祭と同日開催	1
254	興田市民センター	めぐみ先生のポールウォーキング教室	正しい歩き方を学び運動効果の向上を目指す	1
255	興田市民センター	健康づくりウォーキング①	運動の習慣化を目指し風光明媚なコースを楽しみながら歩く	1
256	興田市民センター	健康づくりウォーキング②	運動の習慣化を目指し風光明媚なコースを楽しみながら歩く	1
257	猿沢市民センター	ウォーキング教室①	猿沢地区内ウォーキング	1
258	猿沢市民センター	ウォーキング教室②	移動研修（水光園）	1
259	猿沢市民センター	室蓬カレッジ	郷土史講座	5
260	猿沢市民センター	犬のしつけ教室	問題解決の考え方、お散歩会に向けての練習会、お散歩会	3
261	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	3
262	猿沢市民センター	ウォーキング教室③	移動研修（気仙沼）	1
263	猿沢市民センター	成人研修会	宮沢賢治童話村、宮沢賢治記念館見学	1
264	猿沢市民センター	ウォーキング教室④	移動研修（平泉）	1
265	猿沢市民センター	季節のステンドグラス体験教室	季節のステンドグラス体験	1
266	猿沢市民センター	スカンディアモス作り	①アルパカ作り ②リース作り	2
267	猿沢市民センター	パン作り体験教室	デコレーションケーキ、さつまいもパン作り	1
268	猿沢市民センター	ヘルスアップ教室	ポッチャ、スカットボール、モルック	2
269	猿沢市民センター	新春講演会	こんにちは 大東町 都会を卒業してきました	1
270	猿沢市民センター	チョコレート作り体験教室	チョコレート作り	1
271	洪市民センター	剪定教室	庭木の剪定に必要な知識について学ぶ。	1
272	洪市民センター	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
273	洪市民センター	室蓬カレッジ(現代文学講座)①	岩手にゆかりのある作家の作を読み、その世界に浸ることにより、読書意欲を高め、生涯学習の推進を図る。	1
274	洪市民センター	室蓬カレッジ(現代文学講座)②	岩手にゆかりのある作家の作を読み、その世界に浸ることにより、読書意欲を高め、生涯学習の推進を図る。	1
275	洪市民センター	室蓬カレッジ(現代文学講座)③	岩手にゆかりのある作家の作を読み、その世界に浸ることにより、読書意欲を高め、生涯学習の推進を図る。	1
276	洪市民センター	室蓬カレッジ(現代文学講座)④	岩手にゆかりのある作家の作を読み、その世界に浸ることにより、読書意欲を高め、生涯学習の推進を図る。	1
277	洪市民センター	室蓬カレッジ(現代文学講座)⑤	岩手にゆかりのある作家の作を読み、その世界に浸ることにより、読書意欲を高め、生涯学習の推進を図る。	1

No.	市民センター	学級・講座名	テーマ・内容	合計開催回数
278	洪民市民センター	成人学級	芸術文化への親しみと関心を深め、また芸術文化を通じた地域振興を目的とし、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
279	洪民市民センター	洪民家庭料理教室	料理初心者が基本的な調理技術を楽しみながら学び、家庭料理の機会を増やすことを目的とする。	1
280	洪民市民センター	スマホ教室	キャッシュレス決済が主流になりつつある現代。現金を出す手間がなくなるなど便利な支払い方法である一方、種類が多く使い方や仕組みがそれぞれで異なっているなど消費者の頭を悩ます一面もあります。「わからない」を解決し安心してキャッシュレス決済を使用できるよう、キャッシュレス決済の種類や仕組みについて学んでいきます。	1
281	曾慶市民センター	春の剪定教室	環境保全、趣味といきがづくり	1
282	曾慶市民センター	秋の剪定教室	環境保全、趣味といきがづくり	1
283	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
284	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
285	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
286	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
287	曾慶市民センター	ふれあい学級 「パステル和アート」	パステル和アート	2
288	曾慶市民センター	ふれあい学級 交流講座	交流講座	1
289	曾慶市民センター	ヨガ教室	体と心を優しく癒そう	4
290	千厩市民センター	市民講座 館山唱歌音楽学校	唱歌合唱	22
291	千厩市民センター	市民講座 健康体操教室	エアロビクスとリラクゼーションヨガ	6
292	千厩市民センター	市民講座 習字教室	習字の習得	8
293	千厩市民センター	元気セミナー① 移動研修「涌谷町を探索」	町の魅力を学ぶ	1
294	千厩市民センター	元気セミナー② 「マクラメづくり」	マクラメ創作	3
295	千厩市民センター	元気セミナー③ 「ほの灯り講座」	東山和紙を使ったテーブルライト作り	1
296	千厩市民センター	元気セミナー④ 「ディップフラワーづくり」	ディップフラワー創作	1
297	千厩市民センター	健康教室「ウォーキング」①	さくらウォーキング	1
298	千厩市民センター	健康教室「ウォーキング」②	菜の花ウォーキング	1
299	千厩市民センター	健康教室「ウォーキング」③	海岸ウォーキング	1
300	千厩市民センター	健康教室「ウォーキング」④	くりこまウォーキング	1
301	千厩市民センター	健康教室「ウォーキング」⑤	紅葉ウォーキング	1
302	千厩市民センター	市民講座 「絵画教室」	絵画教室	30
303	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
304	千厩市民センター	千厩里山塾「郷土の歴史を学ぶコース①」	郷土の偉人・先人「松川東山」	1
305	千厩市民センター	千厩里山塾「郷土の歴史を学ぶコース②」	郷土の偉人・先人「鈴木東蔵」	1
306	千厩市民センター	千厩里山塾「郷土の歴史を学ぶコース③」	郷土の偉人・先人「芦東山」	1
307	千厩市民センター	千厩里山塾「郷土の歴史を学ぶコース④」	郷土の偉人・先人「大槻家」	1
308	千厩市民センター	千厩里山塾「郷土の歴史を学ぶコース⑤」	郷土の偉人・先人「盛岡市先人記念館等視察」	1
309	千厩市民センター	婦人会フェスタ2025	健康寿命を延ばして千厩を元気なまちに！	1
310	千厩市民センター	千厩地区民運動会	健康増進と交流を図る	1
311	小梨市民センター	いきいき成人講座	健康教室（ウォーキング）	2
312	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

R7実績_その他成人一般

No.	市民センター	学級・講座名	テーマ・内容	合計開催回数
313	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。	6
314	小梨市民センター	冬の成人講座「バッチワーク教室」	バッチワークの学習	4
315	小梨市民センター	秋の成人講座『陶芸教室』	工作を通して地区民の交流を図る	1
316	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	3
317	小梨市民センター	男の料理教室	男性向けの料理講座	1
318	小梨市民センター	健康マージャン教室	マージャンの基礎を学ぶ	14
319	小梨市民センター	草木染講座	天然素材を使った染物教室	2
320	小梨市民センター	野菜作り入門講座	野菜作りの基礎を学ぶ講演会	1
321	小梨市民センター	椅子座禅	椅子座禅講座	1
322	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
323	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」	多肉とサボテンのテラリウム	1
324	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」	初夏のグリーン寄せ植え	1
325	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（やくらいガーデン）	1
326	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」	黄色いドライフラワーで「黄色い森」づくり	1
327	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」	お正月門松	1
328	奥玉市民センター	せんまや里山塾「食べて健康コース」	季節の野菜を上手に活用レシピ	1
329	奥玉市民センター	せんまや里山塾「食べて健康コース」	旬の食材を美味しく食べよう！	1
330	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（花巻方面）	1
331	奥玉市民センター	せんまや里山塾「食べて健康コース」	郷土料理を学ぼう～地域の味を伝える～	1
332	奥玉市民センター	せんまや里山塾「食べて健康コース」	季節の薬膳料理教室（寒さへ向けてカラダを整える）	1
333	奥玉市民センター	せんまや里山塾「食べて健康コース」	カルシウムで骨太に～骨粗しょう症を予防しよう～	1
334	奥玉市民センター	あらたま水曜塾～おとな版～	陶芸教室「そば猪口・盛り皿作り」	1
335	奥玉市民センター	あらたま水曜塾～おとな版～	竹灯り作り教室	1
336	奥玉市民センター	あらたま水曜塾～おとな版～	移動研修（かまばた織体験ほか）	1
337	奥玉市民センター	あらたま水曜塾～おとな版～	みつろうラップ作り教室	1
338	奥玉市民センター	あらたま水曜塾～おとな版～	そば打ち体験教室	1
339	奥玉振興協議会、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
340	奥玉振興協議会、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
341	奥玉振興協議会、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
342	奥玉市民センター	健康スポーツ教室	腰痛体操	1
343	奥玉市民センター	健康スポーツ教室	薬膳茶講座	1
344	奥玉市民センター	健康スポーツ教室	認知症予防体操	1
345	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
346	奥玉市民センター	出前講座	地域課題と集落支えおくたま歳時記～あれこれ～	1
347	奥玉市民センター	宝築自治会生涯学習講座	踊り教室	4
348	奥玉振興協議会、奥玉市民センター	第4回奥玉地区民ニュースポーツ大会	シャッフルボード・キンボール・巨大輪投げ・スロイングビンゴの競技大会	1
349	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	10

No.	市民センター	学級・講座名	テーマ・内容	合計開催回数
350	磐清水市民センター	いきいき健康教室	軽体操・ヨガ	1
351	磐清水市民センター	いきいき健康教室	スポーツウエルネス吹き矢	1
352	磐清水市民センター	いきいき健康教室	シャフルボード	1
353	磐清水市民センター	いきいき健康教室	健康講話「足と健康管理」	1
354	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	春の寄せ植え教室	1
355	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（オープンガーデン奥州）	1
356	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	テラリウム作り教室	1
357	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（国営みちのく杜の湖畔公園でノルディックウォーキング）	1
358	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
359	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	多肉植物風クリスマス飾り教室	1
360	磐清水市民センター	一閑張り作り教室	一閑張り作り	2
361	磐清水市民センター	リフォーム教室	スカートからベスト・着物からチュニック	2
362	磐清水市民センター	編み物教室	ストール作り	2
363	磐清水市民センター	スキンケア教室	正しいスキンケアを学び美肌を目指す	1
364	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	16
365	磐清水市民センター	いきいき健康教室	健康講話&健康体操	1
366	磐清水市民センター	いきいき健康教室	軽体操・ヨガ	1
367	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
368	磐清水市民センター	マスコット作り教室	ネコとイヌのマスコット作り	1
369	磐清水市民センター	初心者のための健康麻雀教室	健康麻雀教室	6
370	磐清水市民センター	こんにゃく作り教室	こんにゃく芋からこんにゃくを作る	1
371	磐清水市民センター	男の料理教室	そば打ち体験	1
372	磐清水市民センター	男の料理教室	洋食クリームパスタ	1
373	磐清水市民センター	男の料理教室	餃子とチャーハン	1
374	磐清水市民センター主催、 磐清水体育協会共催	三陸ウォーキング	ウォーキング	1
375	磐清水市民センター主催、 磐清水体育協会共催	新緑ウォーキング&博物館見学	ウォーキング&博物館見学	1
376	磐清水体育協会主催、磐清水市民センター共催	グラウンドゴルフ大会	グラウンドゴルフを楽しもう	2
377	磐清水体育協会主催、磐清水市民センター共催	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
378	磐清水体育協会主催、磐清水市民センター共催	磐清水地区ソフトボール大会	ソフトボール	1
379	東山市民センター	川釣講座・鮎釣り編	「デカ玉釣法進化論～下泳がせ釣りのテクニック～」	1
380	東山市民センター	第48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
381	東山市民センター	令和7年度謡曲講座	伝統文化の継承	4
382	東山市民センター	さわやか出前講座（悠友クラブ）	手芸・編物	5
383	東山市民センター	さわやか出前講座（あたご婦人会）	手工芸/料理/慰問	4
384	東山市民センター	さわやか出前講座（西風婦人会）	手工芸	5
385	東山市民センター	さわやか出前講座（本町さわやかセミナー）	手工芸、料理	4
386	東山市民センター	さわやか出前講座（げいぶクラブ）	一閑張/手工芸	5
387	東山市民センター	さわやか出前講座（マクラメ編み教室）	手工芸	5
388	東山市民センター	さわやか出前講座（上町さわやかセミナー）	料理/手工芸/生け花	5
389	東山市民センター	さわやか出前講座（お茶っこの会）	講演/レクレーション/ポッチャ	3
390	東山市民センター	初心者スマホ教室	スマホ操作（初級）	10

No.	市民センター	学級・講座名	テーマ・内容	合計開催回数
391	東山市民センター	ビリヤード体験会	生涯スポーツのビリヤードを気軽に体験	2
392	田河津市民センター	さわやか出前講座「横沢さわやかセミナー」	手工芸作品づくり	3
393	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	4
394	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
395	田河津市民センター	さわやか出前講座「高石サロン」	手工芸作品づくり	1
396	田河津市民センター	さわやか出前講座「高石サロン」	講話「救命について」・煙体験	2
397	田河津市民センター	さわやか出前講座「高石サロン」	音楽で脳トレーニング	1
398	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・ニュースポーツ	1
399	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」	脳トレ運動・お口の体操	1
400	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
401	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」	音楽を楽しもう	1
402	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」	岩手でもできる南国フルーツの栽培について	1
403	田河津市民センター	メンズクッキング	男の料理教室	1
404	田河津市民センター	初心者・シニアスマホ教室	スマートフォンの操作	1
405	田河津市民センター	くらしの法律セミナー	成年後見制度について	1
406	田河津市民センター	第1回さわやか教室	移動研修	1
407	田河津市民センター	第2回さわやか教室	健康体操	1
408	田河津市民センター	第30回元祖ほらふき大会	「ほら話」「夢」などを題材に、新年の夢と希望をふくらませたほら話	1
409	松川市民センター	初心者スマホ教室	スマホの基本操作	2
410	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
411	松川市民センター	男の料理教室	1.川ガニを使った郷土料理2.食卓に野菜料理をプラス1皿	2
412	松川市民センター	東山文化祭松川会場	各種団体及び個人の作品展示	1
413	松川市民センター	地域を学ぶウォーキング	郷土の偉人青柳文蔵を知る	1
414	松川市民センター	さわやか出前講座（松川八区婦人会）	多肉植物の寄せ植え	2
415	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）	エコクラフトで作る収納箱	3
416	室根市民センター	成人わいわい塾移動研修	～過去と未来の技術を学ぶ～	1
417	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
418	室根市民センター	一刀彫教室	千支（巳）を彫ろう！	5
419	室根市民センター	陶芸教室	陶芸教室	1
420	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
421	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
422	室根市民センター	切り絵教室	切り絵教室	3
423	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
424	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
425	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	市民センター事業計画、各種学級講座計画表の提出等について	1
426	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	「東日本大震災」～あの日を知り これまでを想いこれからを考える～	1
427	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 ～	ドキュメンタリー映画「みつばちと地球とわたし～ひとつぶの命に秘められた大きな環のお話～」	1
428	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 ～	ワークショップ「春よ来い来い♥寄せ植え体験」見学「温室の花々」	1
429	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「ツルクビのものこ汁」試食会	1
430	川崎市民センター	ゆるやかストレッチヨガ講座	地域での学びの場を創出、グループ・サークル化の支援	5
431	川崎市民センター	夏の特別おはなし会&映画会	地域の情報拠点として生涯学習を支援	1
432	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	22
433	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）	22
434	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	26

R7実績_その他成人一般

No.	市民センター	学級・講座名	テーマ・内容	合計開催回数
435	藤沢市民センター	生涯学習講座わくわくセミナー	郷土文化伝承（本郷神楽）	36
436	藤沢市民センター	生涯学習講座わくわくセミナー	郷土文化伝承（増沢神楽）	19
437	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	23
438	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	22
439	藤沢市民センター	生涯学習講座わくわくセミナー	水引き	11
440	藤沢市民センター	粘土多肉で箱庭作り	粘土多肉で寄せ植え	1
441	藤沢市民センター	ポールウォーキング	ポールウォーキング	1
442	藤沢市民センター	ベトナム料理教室	パインミーを作る	1
443	藤沢市民センター	夏季吟行会	詩歌づくり、写真撮影会	1
444	藤沢市民センター	太極拳教室	太極拳で体幹を鍛える	1
445	藤沢市民センター	こぎん刺し教室	こぎん刺しでコースター作り	1
446	藤沢市民センター	カメラ講座	カメラの撮影技術を学ぶ	1
447	藤沢市民センター	秋季吟行会	詩歌づくり、写真撮影会	1
448	藤沢市民センター	干支あみぐるみ教室	干支のあみぐるみ作り	3
449	藤沢市民センター	水引きでしめ縄飾り	水引でしめ縄作り	1