

令和4年度市民センター事業(高齢者向け)

NO	市民センター	学級・講座名	テーマ・内容	開催回数
1	一関市民センター	霜紅大学 川柳教室	川柳	10
2	一関市民センター	霜紅大学 童謡・唱歌教室	童謡や唱歌	10
3	一関市民センター	霜紅大学 書道教室	書道	10
4	一関市民センター	霜紅大学 吟詠教室	詩吟	10
5	一関市民センター	霜紅大学 民謡教室	民謡	10
6	一関市民センター	霜紅大学 おどり教室	おどり	10
7	一関市民センター	霜紅大学 絵画教室	水彩画(基本)	10
8	一関市民センター	霜紅大学 大正琴教室	大正琴	10
9	一関市民センター	霜紅大学 陶芸教室	陶芸	36
10	一関市民センター	いきいき健康教室	健康体操	10
11	一関市民センター	霜紅大学 パソコン入門教室	ノートパソコンを使った 各オフィス操作方法など	20
12	一関市民センター	霜紅大学 パソコン中級教室	ノートパソコンを使った 各オフィス操作方法など	20
13	一関市民センター	霜紅大学 修学旅行	学生同士のコミュニティ形成及び歴史文化探訪	1
14	一関市民センター	ニュースポーツ大会	スカットボール他	1
15	一関市民センター	霜紅大学 文化祭 舞台発表	演技等による実演発表	1
16	一関市民センター	霜紅大学 文化崎 展示発表	作品展示	2
17	一関市民センター	霜紅大学 コロナに負けない企画	道明寺をつくろう	1
18	一関市民センター	霜紅大学 一般教養講座 (防災講座)	ヤフー防災模試などのクイズによる講座	1
19	一関市民センター	霜紅大学 (ウォーキング講座)	健康増進・歴史探訪	1
20	一関市民センター	霜紅大学 (低山トレッキング)	オリエンテーションと散策	1
21	一関市民センター	霜紅大学 (低山トレッキング)	トレッキングで健康管理	1
22	一関市民センター	霜紅大学 (低山トレッキング)	夏山登山と自然観察	1
23	一関市民センター	霜紅大学 (博物館・美術館へ行こう)	島川美術館と歴史散策(定規如来…)	1
24	一関市民センター	霜紅大学 (博物館・美術館へ行こう)	一関市博物館 「三の丸所蔵」展	1
25	一関市民センター	スマホ教室	高齢者向けの初心者操作方法など	1
26	関が丘市民センター	いきいき百歳体操	百歳体操で筋力アップ	32
27	関が丘市民センター	健康講座	血圧のお話	1
28	関が丘市民センター	館外研修	秋を感じながらウォーキングする	1
29	関が丘市民センター	笑いの講演会	笑いは幸せと健康の源	1
30	関が丘市民センター	消費生活講座	詐欺被害に遭わないために	1
31	関が丘市民センター	クリスマス歌の集い	クリスマス交流会	1
32	狐禅寺市民センター	千歳大学絵手紙講座	絵手紙	9
33	狐禅寺市民センター	千歳大学カラオケ講座	カラオケ	9

令和4年度市民センター事業(高齢者向け)

NO	市民センター	学級・講座名	テーマ・内容	開催回数
34	狐禅寺市民センター	千歳大学グラウンドゴルフ講座	グラウンドゴルフ	10
35	狐禅寺市民センター	千歳大学カメラ講座	写真撮影	6
36	狐禅寺市民センター	千歳大学ヨガ講座	ヨガ	6
37	狐禅寺市民センター	千歳大学ウォーキング講座	ウォーキング	6
38	狐禅寺市民センター	千歳大学健康体操講座	健康体操	9
39	狐禅寺市民センター	千歳大学川柳講座	川柳	9
40	狐禅寺市民センター	千歳大学ニュースポーツ講座	ニュースポーツ	3
41	狐禅寺市民センター	千歳大学文集作成(パソコン)講座	文集作成(パソコン)	4
42	狐禅寺市民センター	千歳大学春の移動研修	フルーツ王国ふくしまに学ぶ	1
43	狐禅寺市民センター	千歳大学秋の移動研修	金華山で金運アップを願って	1
44	狐禅寺市民センター	千歳大学自然観察会	自然観察会	1
45	狐禅寺市民センター	千歳大学講演会	公演会「スコップ三味線世界チャンピオンひよっとこ太郎オンステージ」	1
46	真柴市民センター	「相続」についての講演会	「ふたつのそうぞく」について	1
47	真柴市民センター	「相続」についての講演会	「ライフ&エンディングノート」について	1
48	真柴市民センター	軽体操&ストレッチ 教室 木曜コース	動ける身体を目指す	25
49	真柴市民センター	軽体操&ストレッチ 教室 水曜コース	動ける身体を目指す	27
50	真柴市民センター	モルック教室	体を動かそう	3
51	厳美市民センター	厳美人生大学:入学式・記念講演会	記念講演「パワフル健康講話」～体を動かしてリフレッシュ～	1
52	厳美市民センター	厳美人生大学:修学旅行	仙台市「八木山動物園」、仙台市「みちのく杜の湖畔公園」	1
53	厳美市民センター	厳美人生大学:書道	書に親しむ	7
54	厳美市民センター	厳美人生大学:踊り	舞踊に親しむ	7
55	厳美市民センター	厳美人生大学:俳句	俳句に親しむ	7
56	厳美市民センター	厳美人生大学:民謡	民謡に親しむ	7
57	厳美市民センター	厳美人生大学:健康体操	健康体操の実践	7
58	厳美市民センター	厳美人生大学:郷土史	博物館企画展の講話	5
59	厳美市民センター	厳美人生大学:庭園	庭木の剪定等の実践	5
60	厳美市民センター	厳美人生大学:庭園/移動研修:春	先進地の視察	1
61	厳美市民センター	厳美人生大学:庭園/移動研修:秋	先進地の視察	1
62	厳美市民センター	厳美人生大学:文化伝承	伝統文化の継承学習	2
63	厳美市民センター	厳美人生大学:文化伝承:移動研修	伝統文化の視察研修	1
64	厳美市民センター	厳美人生大学:文化講演会	地伏亭金目氏による講談「生きている文化財 骨寺村荘園遺跡」	1
65	萩荘市民センター	萩荘長寿大学入学式	一年間の学習を誓う	1
66	萩荘市民センター	萩荘長寿大学修学旅行	昭和の学校・みちのく民俗村の見学	1

令和4年度市民センター事業(高齢者向け)

NO	市民センター	学級・講座名	テーマ・内容	開催回数
67	萩荘市民センター	萩荘長寿大学文化講演会	萩之庄の伝説を味わう「昔あったつもな」朗読&鑑賞会	1
68	萩荘市民センター	萩荘長寿大学移動研修	松島観光	1
69	萩荘市民センター	萩荘長寿大学環境講演会	萩荘小・萩荘幼の見学会「学校へ行って見よう！」	1
70	萩荘市民センター	萩荘長寿大学健康講演会	「家族に介護が必要になったら？」	1
71	萩荘市民センター	萩荘長寿大学修了式	一年間の学習の修了式	1
72	萩荘市民センター	萩荘長寿大学社交ダンス	社交ダンス	8
73	萩荘市民センター	萩荘長寿大学健康体操	健康体操	8
74	萩荘市民センター	萩荘長寿大学書道	書道	8
75	萩荘市民センター	萩荘長寿大学陶芸	陶芸	8
76	萩荘市民センター	萩荘長寿大学舞踊	舞踊	8
77	萩荘市民センター	萩荘長寿大学郷土史	郷土史	8
78	萩荘市民センター	萩荘長寿大学大正琴	大正琴	8
79	萩荘市民センター	萩荘長寿大学民謡カラオケ	民謡とカラオケ	8
80	萩荘市民センター	萩荘長寿大学ヨガ	ヨガ	16
81	萩荘市民センター	萩荘長寿大学園芸	園芸	8
82	萩荘市民センター	萩荘長寿大学ウォーキング	ウォーキング	8
83	萩荘市民センター	萩荘長寿大学園芸移動研修	紫波ビューガーデン見学	1
84	弥栄市民センター	静修大学 専門講座	ウォーキング教室	6
85	弥栄市民センター	静修大学 専門講座	俳句教室	9
86	弥栄市民センター	静修大学 専門講座	歴史文化教室	9
87	弥栄市民センター	静修大学 専門講座	書道教室	9
88	弥栄市民センター	静修大学 専門講座	民謡教室	10
89	弥栄市民センター	静修大学 入学式記念講話	磐井の餅文化	1
90	弥栄市民センター	静修大学 一般講演会	いなか暮らしを楽しむ	1
91	弥栄市民センター	静修大学 施設めぐり	昭和の学校・宮沢賢治童話村	1
92	弥栄市民センター	静修大学 一般講演会	いやさか寄席(皆川洋一 落語会)	1
93	弥栄市民センター	静修大学 研修旅行	みちのく民俗村・農業科学博物館	1
94	弥栄市民センター	静修大学 世代間交流	グラウンドゴルフ	1
95	弥栄市民センター	一般講演会	携帯スマホ教室	1
96	弥栄市民センター	静修大学 一般講演会	修了式 記念講演	1
97	永井市民センター	永寿大学	モルック体験	1
98	永井市民センター	永寿大学	糸かけ曼茶羅体験会	1
99	永井市民センター	永寿大学	グラウンドゴルフ大会	1

令和4年度市民センター事業(高齢者向け)

NO	市民センター	学級・講座名	テーマ・内容	開催回数
100	永井市民センター	永寿大学	仙北鉄道DVD鑑賞・モルック体験	1
101	永井市民センター	永寿大学	コスモサークルでコースターをつくろう	1
102	永井市民センター	永寿大学	糸かけコースター体験	1
103	永井市民センター	永寿大学	糸かけコースター体験	1
104	永井市民センター	永寿大学	ぐるっと石巻 移動研修 みやぎ東日本大震災津波伝承館他見学	1
105	永井市民センター	永寿大学	世代間交流モルック大会	1
106	永井市民センター	永寿大学	糸かけ曼荼羅教室	1
107	永井市民センター	永寿大学	糸かけ曼荼羅教室	1
108	永井市民センター	永寿大学	名作映画鑑賞(陽光桜)	1
109	永井市民センター	永寿大学	名作映画鑑賞(梅切らぬバカ)	1
110	油島市民センター	グリーンクラブ開講式	教養講座「介護が必用になったら」	1
111	油島市民センター	グリーンクラブ②	移動研修 後三年合戦金沢資料館ほか	1
112	油島市民センター	グリーンクラブ③	創作教室「パステルアート」	1
113	油島市民センター	グリーンクラブ④	スポーツ大会「グラウンドゴルフ」	1
114	油島市民センター	グリーンクラブ閉講式	教養講座「特殊詐欺対策と交通安全」	1
115	花泉市民センター	花立泉学級	軽体操	1
116	花泉市民センター	花立泉学級	ニュースポーツ	1
117	花泉市民センター	花立泉学級	スマホ教室	1
118	花泉市民センター	花立泉学級	小物入れ作成	1
119	花泉市民センター	花立泉学級	マジックショー	1
120	花泉市民センター	花立泉学級	講話	1
121	老松市民センター	ひょうたん学級	交通安全講話	1
122	老松市民センター	ひょうたん学級	移動研修	1
123	老松市民センター	ひょうたん学級	軽体操と講話	1
124	老松市民センター	ひょうたん学級	軽スポーツ	1
125	老松市民センター	ひょうたん学級	創作活動・飾りひょうたん	1
126	老松市民センター	ひょうたん学級	防火・防災講話 避難訓練・消火訓練	1
127	老松市民センター	ひょうたん学級	閉講式 講話・軽スポーツ	1
128	老松市民センター 日形市民センター	高齢者学級交流会(ひょうたん学級・日形がくえん)	合同交流会	1
129	金沢市民センター	シルバー学級	スポーツ交流会	1
130	金沢市民センター	シルバー学級	みちのくあじさい園	1
131	金沢市民センター	シルバー学級	第1回ポッチャ大会	1
132	金沢市民センター	シルバー学級	草木染	1

令和4年度市民センター事業(高齢者向け)

NO	市民センター	学級・講座名	テーマ・内容	開催回数
133	金沢市民センター	シルバー学級	気軽にできる軽体操	1
134	金沢市民センター	シルバー学級	悪徳商法とその対処法	1
135	金沢市民センター	シルバー学級	第2回ポッチャ大会	1
136	金沢市民センター	シルバー学級	軽体操	1
137	大原市民センター	高齢者女性学級	楽しく歌の日	3
138	摺沢市民センター	摺沢寿学園	最近の特殊詐欺について	1
139	興田市民センター	第一回 スマホ教室	スマホの基本操作を学ぶ	1
140	興田市民センター	第二回 スマホ教室	スマホの基本操作から応用まで学ぶ	2
141	興田市民センター	第一回 シルバーアカデミー	相続・登記・税に関わる講座	1
142	興田市民センター	第二回 シルバーアカデミー	エンディングノート講座	1
143	興田市民センター	第三回 シルバーアカデミー	認知症予防講座	1
144	猿沢市民センター	老人クラブGB大会	ゲートボール	1
145	猿沢市民センター	寿学園「花壇視察研修」	花いっぱいコンクール入賞花壇見学	1
146	猿沢市民センター	金婚を祝う会	紅白餅の配布	1
147	猿沢市民センター	局長杯GB大会	GB大会	1
148	猿沢市民センター	終活講座	①争続と相続のはなし ②最適なMYライフ&エンディングを考えよう ③笑顔を運ぶ遺言のお話	3
149	渋市民センター	高齢者学級	高齢者の健康増進といきがいづくり、生活の向上及び世代間交流を図る。	3
150	小梨市民センター	健康福祉祭	健康福祉講演会	1
151	小梨市民センター	高齢者講座	保健委員による健康体操と食改による食事の提供	3
152	小梨市民センター	高齢者講座	地域における高齢者の役割と生きがいのある生活を求めて自主的にともに学ぶ	1
153	小梨市民センター	高齢者視察研修	地域における高齢者の役割と生きがいのある生活を求めて自主的にともに学ぶ	1
154	磐清水市民センター	スマートフォン入門講座	スマートフォンの基本操作と活用	1
155	東山市民センター	長坂地区高齢者教室 第1回学習会	開講式・講演(睡眠と健康)	1
156	東山市民センター	長坂地区高齢者教室 第2回学習会	移動研修	1
157	東山市民センター	長坂地区高齢者教室 第3回学習会	講演(楽しいお話)・閉講式	1
158	田河津市民センター	いきいき楽校	開校式・第1回学習会	1
159	田河津市民センター	いきいき楽校	第2回学習会「グラウンドゴルフ交流会」	1
160	田河津市民センター	いきいき楽校	第3回学習会「移動研修」	1
161	田河津市民センター	いきいき楽校	第4回学習会「門松づくり」「民謡講座」	1
162	田河津市民センター	いきいき楽校	第5回学習会「粟穂・稗穂作成」「歴史講談」閉校式	1
163	田河津市民センター	第1回田河津地区シルバースポーツ交流会	クラブ対抗グラウンドゴルフ大会	1
164	松川市民センター	松川地区高齢者教室	認知症に優しい栄養学講座	1
165	松川市民センター	松川地区高齢者教室	移動研修	1

令和4年度市民センター事業(高齢者向け)

NO	市民センター	学級・講座名	テーマ・内容	開催回数
166	松川市民センター	松川地区高齢者教室	移動研修	1
167	松川市民センター	松川地区高齢者教室	「もち」上映会	1
168	松川市民センター	認知症予防体操	認知症を予防する体操	1
169	松川市民センター	交通安全教室	シニアドライバーのための認知機能検査体験講習会	1
170	松川市民センター	松川地区シルバースポーツ交流会	クラブ対抗グラウンドゴルフ大会	1
171	室根市民センター	津谷川地区高齢者学級移動研修	江戸時代の城下町のまちなみを知る	1
172	川崎市民センター	川の大楽校 いきいきシニアライフコース③ ※①、②未実施	いきいき趣味の教室「とんぼ玉アクセサリーの作成」	1
173	川崎市民センター	川の大楽校 いきいきシニアライフコース④	移動研修	1
174	川崎市民センター	川の大楽校 いきいきシニアライフコース⑤	いきいき趣味の教室「秋の寄せ植え」	1
175	川崎市民センター	川の大楽校 いきいきシニアライフコース⑥	いきいき健康教室「知って納得 職の教室」	1
176	藤沢市民センター	高齢者事業「みんなとってみっぺす！いきいき巡り」	高齢者の活力を引き出すバスツアー	1
177	藤沢市民センター	高齢者事業「スマホ教室」①	スマートホンの操作	1
178	藤沢市民センター	高齢者事業「スマホ教室」②	スマートホンの操作	1
179	藤沢市民センター	高齢者事業「つまずき防止体操教室」	毎日の簡単な体操でつまずきを防止	1
180	藤沢市民センター	高齢者事業「シニアライフプラン講座」	相続と生前贈与について学ぶ	1