

令和4年度市民センター事業(女性向け)

NO	市民センター	学級・講座名	テーマ・内容	開催回数
1	狐禅寺市民センター	スイートポテト	開講式、ウォーキング、研修	3
2	狐禅寺市民センター	スイートポテト	布ぞうり	2
3	狐禅寺市民センター	スイートポテト	さき織体験 コースターとポシェットづくり	3
4	狐禅寺市民センター	スイートポテト	時短料理の健康食	1
5	狐禅寺市民センター	スイートポテト	花講座「正月を彩るフラワーアレンジ」	1
6	滝沢市民センター	滝沢女性教室 開講式・記念講演(腸活)	腸に注目して、おなかの中から健康に維持する講演(実技)がされた	1
7	滝沢市民センター	滝沢女性教室 地域歴史移動研修「歩いて平泉歴史懐古」	中尊寺～義経堂～ガイダンスセンターを歩いて見学された	1
8	滝沢市民センター	滝沢女性教室 創作教室「布草履作り」①②③	家庭で不要になった端切れを利用した布草履作りがされた	3
9	滝沢市民センター	滝沢女性教室 リサイクル品でエコバックづくり	読み終えた新聞紙を利用したエコバック作りがされた	1
10	滝沢市民センター	滝沢女性教室 ボランティア活動	滝沢地内を走る国道284号線・旧国道沿線の環境整備(ゴミ拾い)がされた	1
11	滝沢市民センター	滝沢女性教室 健康ウォーキング・山岳大自然観察	須川高原温泉周辺を歩き・資料施設館を見学、自然の中で旬な季節に触れながらも大自然を観察された	1
12	滝沢市民センター	滝沢女性教室 ストレッチの効用と実際	血流促進により体のむくみやだるさの原因を解決に導く講演やストレッチ体操がされた	1
13	滝沢市民センター	滝沢女性教室 音楽に合わせて踊る体操	健康問題に対し、予防改善する目的で、自宅でも音楽に合わせてできる体操がされた	1
14	滝沢市民センター	滝沢女性教室 懐かしの昭和滝沢風景鑑賞	昔懐かしの昭和の滝沢の貴重な映像を、DVDで鑑賞(3題: 演芸、地域、人物)された	1
15	滝沢市民センター	滝沢女性教室 「昔話しは心を和ませ癒します」	面白い方言で「昔話しは心を和ませ癒します」10話を披露され聴いた	1
16	滝沢市民センター	滝沢女性教室 閉講式・記念講演(認知症)	4年度閉講式・認知症予防講座や実技・総会がされた	1
17	真柴市民センター	パン&スイーツ作り 教室	色々なパンやお菓子作りを学ぶ	8
18	真柴市民センター	楽しいパン教室 5月	色々なパンやお菓子作りを学ぶ	1
19	真柴市民センター	楽しいパン教室 7月	色々なパンやお菓子作りを学ぶ	1
20	真柴市民センター	楽しいパン教室 9月	色々なパンやお菓子作りを学ぶ	1
21	真柴市民センター	楽しいパン教室 11月	色々なパンやお菓子作りを学ぶ	1
22	真柴市民センター	お正月の生け花教室	お正月に飾るお花を活ける	1
23	真柴市民センター	マールアート教室	お家のインテリア作り	1
24	厳美市民センター	いきいき生活塾:開講式・第1回講座	ノルディックウォーキング教室	1
25	厳美市民センター	いきいき生活塾:第2回講座	環境学習「平泉町西行桜の森 自然観察会」	1
26	厳美市民センター	いきいき生活塾:第3回講座	腸を元気に! 簡単腸もみ&ストレッチ	1
27	厳美市民センター	いきいき生活塾:第4回講座	夏の野菜料理教室	1
28	厳美市民センター	いきいき生活塾:第5回講座	クラフトバンドのバッグづくり	1
29	厳美市民センター	いきいき生活塾:第6回講座	移動研修 花巻市(ガラス体験工房森のくに、宮沢賢治童話村など)	1
30	厳美市民センター	いきいき生活塾:第7回講座	ガーデニング教室「ギャザリングの寄せ植え」	1
31	厳美市民センター	いきいき生活塾:第8回講座	お正月用フラワーアレンジ教室	1
32	厳美市民センター	いきいき生活塾:第9回講座	体操教室「ゆったりストレッチ教室」	1
33	厳美市民センター	いきいき生活塾:第10回講座	閉講式(活動報告など)	1
34	萩荘市民センター	フラワー雑貨づくり教室	ドライフラワーで額飾りとミニブーケづくり	1
35	弥栄市民センター	苔玉づくり教室	季節の山野草を使った苔玉づくり	1

令和4年度市民センター事業(女性向け)

NO	市民センター	学級・講座名	テーマ・内容	開催回数
36	弥栄市民センター	グラスアート教室(平日午後コース)	ステンドグラス風のアートクラフトを体験	1
37	弥栄市民センター	グラスアート教室(土曜午前コース)	ステンドグラス風のアートクラフトを体験	1
38	弥栄市民センター	グラスアート教室(土曜午後コース)	ステンドグラス風のアートクラフトを体験	1
39	弥栄市民センター	骨粗しょう症予防教室『骨の健康栄養セミナー』	骨に欠かせない栄養素や骨の健康を維持(骨粗しょう症予防)するポイントを学ぶ	1
40	弥栄市民センター	手工芸教室『ロザフィ講座』(平日)	紙でつくるバラのアクセサリーづくり	1
41	弥栄市民センター	手工芸教室『ロザフィ講座』(日曜)	紙でつくるバラのアクセサリーづくり	1
42	弥栄市民センター	生け花&フラワーアレンジメント教室	文化祭展示用の生け花とフラワーアレンジメントを学ぶ	1
43	弥栄市民センター	和菓子づくり体験教室	和菓子職人さんの指導を受けながら季節の上生菓子づくりを体験する	1
44	弥栄市民センター	健康体操教室『リラックスヨガ』	呼吸や体に意識を向けゆったりとした動きのヨガを行い心身ともに整える	3
45	弥栄市民センター	編物教室『干支のあみぐるみ』	冬場の手仕事として編物を学ぶ 干支(うさぎ)の編みぐるみづくり	3
46	弥栄市民センター	手工芸教室『しめ縄リースづくり』	ハンドメイドを楽しむ おしゃれな正月飾りで新年に彩を添える	1
47	弥栄市民センター	編物教室『かご編みの角座』	冬場の手仕事として編物を学ぶ かご編みの角座づくり	3
48	永井市民センター	きらきらセミナー	糸かけ花曼荼羅体験会	1
49	永井市民センター	きらきらセミナー	コスモサークルでコースターをつくろう	1
50	永井市民センター	きらきらセミナー	糸かけ花曼荼羅大型作品に挑戦	1
51	永井市民センター	きらきらセミナー	糸かけ花曼荼羅体験	1
52	永井市民センター	きらきらセミナー	つまみ細工教室	1
53	油島市民センター	オレンジクラブ開講式	教養講座「葉の正しい知識」	1
54	油島市民センター	オレンジクラブ②	健康講座「気軽にできる軽体操」	1
55	油島市民センター	オレンジクラブ③	創作教室「切り絵」	1
56	油島市民センター	オレンジクラブ閉講式	教養講座「お琴の体験会」	1
57	花泉市民センター	趣味教養講座	リンパマッサージ講座	1
58	花泉市民センター	趣味教養講座	専門部と合同、陸前高田移動研修	1
59	花泉市民センター	趣味教養講座	七宝手毬づくり	3
60	花泉市民センター	趣味教養講座	吊りし雛めぐり	1
61	花泉市民センター	趣味教養講座	軽体操	1
62	老松市民センター	女性生活学級	健康ウォーキング	1
63	老松市民センター	女性生活学級	移動研修	1
64	老松市民センター	女性生活学級	創作教室・クリスマスリースづくり	1
65	老松市民センター	女性生活学級	健康教室・リフレッシュヨガ	1
66	老松市民センター	女性生活学級	料理教室・米消費拡大の料理	1
67	金沢市民センター	女性学級	ウォーキング	1
68	金沢市民センター	女性学級	テラリウムづくり	1
69	金沢市民センター	女性学級	アイシングクッキーづくり	1
70	金沢市民センター	女性学級	飾り海苔巻き教室	1

令和4年度市民センター事業(女性向け)

NO	市民センター	学級・講座名	テーマ・内容	開催回数
71	摺沢市民センター	摺沢婦人会・摺沢中央セミナー	地域づくり・移動研修	1
72	摺沢市民センター	摺沢婦人会・摺沢中央セミナー	リフレッシュお楽しみ会(ニュースポーツ)	1
73	摺沢市民センター	摺沢婦人会・摺沢中央セミナー	リフォーミングセミナー①	2
74	摺沢市民センター	摺沢婦人会・摺沢中央セミナー	リフォーミングセミナー②	2
75	猿沢市民センター	婦人会作品作り(1区)	ドライフラワーアート作り	1
76	猿沢市民センター	文化祭作品作り(清水川婦人部)	布リース作り	1
77	猿沢市民センター	小さな壁飾り作り(2区)	小さな壁飾り作り	1
78	猿沢市民センター	感染症予防について講演会	感染予防についての説明	1
79	猿沢市民センター	手芸教室	干支づくり、うさぎ、招き猫	1
80	洪市民センター	女性学級	生活の向上、住みよい地域づくりのため、女性ならではの視点で、研修を深める。	1
81	曾慶市民センター	女性ふれあい学級 一閑張り教室	一閑張り教室	3
82	千厩市民センター	千厩里山塾特別講座「キルト教室」	キルト学習	28
83	千厩市民センター	婦人協議会移動研修	1.鯨と海の科学館見学 2.山田町婦人協議会との懇談と交流	1
84	奥玉市民センター	せんまや里山塾自主企画講座「パッチワーク教室」	パッチワークの学習	21
85	奥玉市民センター	せんまや里山塾自主企画講座「パッチワーク教室」	パッチワークの学習	12
86	奥玉市民センター	せんまや里山塾自主企画講座「パッチワーク教室」	パッチワークの学習	10
87	奥玉市民センター	せんまや里山塾自主企画講座「パッチワーク教室」	パッチワークの学習	12
88	奥玉市民センター	大平自治会女性講座	手芸講座	2
89	奥玉市民センター	大平自治会女性講座	踊り教室	2
90	奥玉市民センター	大平自治会女性講座	手芸講座	2
91	奥玉市民センター	宝築自治会女性講座	手芸講座	1
92	奥玉市民センター	宝築自治会女性講座	手芸講座	1
93	奥玉市民センター	中日向自治会女性講座	手芸教室	2
94	奥玉市民センター	中日向自治会女性講座	スコップ三味線教室	3
95	奥玉市民センター	中日向自治会女性講座	いけ花教室	1
96	奥玉市民センター	三沢自治会生涯学習講座	手芸教室	2
97	奥玉市民センター	町下自治会女性講座	手芸教室	3
98	奥玉市民センター	花貫自治会女性講座	踊り教室	2
99	奥玉市民センター	花貫自治会女性講座	手芸教室	1
100	磐清水市民センター	手芸教室	木目込み人形づくり	1
101	磐清水市民センター	こけ玉作り教室	こけ玉作り	1
102	磐清水市民センター	LEDあかりアート教室	LEDあかりアート作り	1
103	東山市民センター 田河津市民センター 松川市民センター	中央婦人学級第1回学習会	花の寄せ植え講座	1
104	東山市民センター 田河津市民センター 松川市民センター	中央婦人学級第2回学習会	リズム体操	1

令和4年度市民センター事業(女性向け)

NO	市民センター	学級・講座名	テーマ・内容	開催回数
105	東山市民センター 田河津市民センター 松川市民センター	中央婦人学級第3回学習会	移動研修	1
106	東山市民センター 田河津市民センター 松川市民センター	中央婦人学級第4回学習会	リンパマッサージ	1
107	東山市民センター 田河津市民センター 松川市民センター	中央婦人学級第5回学習会	「いつまでも若々しく！老化をふせいで身体の中から健康に」	1
108	田河津市民センター	さわやか教室	骨の健康栄養セミナー	1
109	田河津市民センター	さわやか教室	軽体操	1
110	松川市民センター	さわやか出前講座(わくわくサークル)	料理教室	1
111	松川市民センター	さわやか出前講座(わくわくサークル)	生花	1
112	松川市民センター	さわやか出前講座(第2区女性セミナー)	手工芸	3
113	松川市民センター	さわやか出前講座(第2区女性セミナー)	料理教室	1
114	松川市民センター	さわやか出前講座(岩ノ下女性セミナー)	手芸	1
115	松川市民センター	さわやか出前講座(岩ノ下女性セミナー)	踊り	3
116	松川市民センター	さわやか出前講座(岩ノ下女性セミナー)	料理教室	1
117	松川市民センター	さわやか出前講座(コスモスレディース)	手工芸	1
118	松川市民センター	さわやか出前講座(サワレディース)	手芸	1
119	松川市民センター	さわやか出前講座(サワレディース)	軽体操	1
120	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)	手芸	2
121	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)	軽体操	1
122	松川市民センター	さわやか出前講座(フレンドサークル)	手芸	2
123	松川市民センター	さわやか出前講座(フレンドサークル)	料理教室	2
124	松川市民センター	さわやか出前講座(フレンドサークル)	手芸講習	1
125	松川市民センター	さわやか出前講座(松川8区婦人会)	手芸	1
126	松川市民センター	さわやか出前講座(一市町さわやかセミナー)	手芸	2
127	松川市民センター	さわやか出前講座(六日町さわやかセミナー)	料理教室	1
128	松川市民センター	さわやか出前講座(野平女性セミナー)	健康づくりウオーキング	1
129	松川市民センター	さわやか出前講座(野平女性セミナー)	健康づくり講習	1
130	松川市民センター	さわやか出前講座(野平女性セミナー)	手芸	2
131	松川市民センター	さわやか出前講座(あじさいクラブ)	手芸	2
132	室根市民センター	女性学級(1区)	レジンアクセサリー&ハーバリウム教室	1
133	室根市民センター	女性学級(2区)	寄せ植え教室	1
134	室根市民センター	女性学級(4区)	寄せ植え教室	1
135	室根市民センター	女性学級(大里)	寄せ植え教室	1
136	室根市民センター	女性学級(田茂木)	女性のための健康づくり栄養講座	1
137	室根市民センター	女性学級(屋中)	寄せ植え教室	1
138	室根市民センター	女性学級(屋中)	防災教室	1

## 令和4年度市民センター事業(女性向け)

NO	市民センター	学級・講座名	テーマ・内容	開催回数
139	室根市民センター	女性学級(8区)	テラリウム作り教室	1
140	室根市民センター	女性学級(西の沢)	いきいき百歳体操・かみかみ体操体験	1
141	室根市民センター	女性学級(12区)	手芸教室(花のブローチ)	1
142	室根市民センター	女性学級(14区)	ポッチャ教室	1
143	室根市民センター	女性学級(18区)	寄せ植え教室	1
144	室根市民センター	女性学級(20区)	陶芸教室	1
145	川崎市民センター	川の大楽校 女性コース①	整理収納講座「備えは大丈夫? 今日から片付けできる防災セミナー」	1
146	川崎市民センター	川の大楽校 女性コース③ ※②中止	健康体操「コロナに負けるリフレッシュ体操」	1
147	川崎市民センター	「好きと得意」を生かす教室	ネクタイのリメイク教室「ネクタイを再利用したアクセサリ作成」	1