

みんなで学ぼう! 石巻市民大学「まなび舎」

☎ 生涯学習課 (内線5054)



「まなび舎」は、平成28年に「地域の人材育成と市民主体の学習機会の提供を図るための仕組みとして設置された市民のための大学」です。大学というと、なんだか大それたもののような気がしてしまいますが、大学のよう「学びたい」と思う市民が自主的に集まり、共に学び合い、成長していく場「にしていきたい」という思いからそのように命名されました。

まなび舎は、市民が運営・参加する市民講座の集合体です。毎年度、講座を募集し、登録された講座はパンフレットとしてまとめられ、各支所や公民館などに配架しています。登録講座はその年によって異なり、さまざまな講座があります。どれも市民の皆さんが運営する講座のため少人数制であり、初めての方でも楽しく、丁寧に教えてもらうことができます。令和8年度は35講座が登録されています。

「まなび舎」
とは?

オープンキャンパス

令和8年度に開講する講座についての発表、展示、実演を行います。事前予約不要ですので、どなたでも気軽にお越しください。興味がありましたら、まなび舎の講座にも参加してみてください!

とき 6月14日(日) 午前10時～午後3時

ところ かわまち交流センター ※駐車場はかわまち立体駐車場を利用ください。



講座一覧

※詳しくはパンフレットまたは市ホームページを確認ください



市ホームページ

1
文化芸術学会
文学、芸術、教育、趣味などに関する講座や教室

腸活、温活で楽しく!
手作り発酵調味料で作る
簡単で美味しいスパイスカレー

開催日時 随時 ※2時間程度
ところ コウソ スパ マシャ
料金 3,500円 定員 5人以上
☎ 080-5569-2980

無添加 手作りベーコン教室

開催日時 随時
ところ 市内
料金 3,500円
定員 5人以上
☎ 080-5569-2980

日本画講座

開催日時 第2日曜、第4土曜
午前9時30分～午後3時
ところ みなと荘
定員 20人
☎ 090-9420-1536

初めてのバラ栽培

開催日時 随時 ※2時間程度
ところ 市内
料金 500円
定員 1～10人
☎ 080-5491-7856

合唱団(バルカローレ サン・ファン)

開催日時 第2・4土曜
午後6時30分～7時30分
ところ 石巻中央公民館
料金 月2,000円
☎ 080-5569-2980

天然石で作るプレスレット

開催日時 随時
※1時間30分程度
ところ 出張
料金 2,000円
定員 10人
☎ 080-6002-5885

天然石で作るイヤークラフ

開催日時 随時
※1時間30分程度
ところ 出張
料金 800円
定員 10人
☎ 080-6002-5885

初級フラダンス

開催日時
月・金曜 午前10時30分～正午
水曜 午後6時10分～7時50分
ところ 石巻市・東松島市
料金 月5,500円 定員 10人
☎ 080-1830-2468

フラダンス アドバンスコース

開催日時
月曜 午前9時～午後1時30分
土曜 午後7時～8時30分
ところ 石巻市・東松島市
料金 5,500円 定員 14人
☎ 080-1830-2468

がま口教室

開催日時 随時
ところ 相談
料金 3,000円
定員 1人～
☎ 080-6002-5885

こけ玉作り教室

開催日時 随時 ※1時間程度
ところ 出張
料金 1,000円
定員 15人まで
☎ 090-2889-9602

七宝焼き

開催日時 随時 ※2時間程度
ところ 出張
料金 800円～
定員 10人まで
☎ ラクシュミー
☎090-2889-9602

一閑張り(小ザル)

開催日時 随時 ※2時間程度
ところ 出張
料金 1,000円
定員 10人まで
☎ ラクシュミー
☎090-2889-9602

ステンシル教室

開催日時 随時 ※2時間程度
ところ 出張
料金 1,000円
定員 10人まで
☎ ラクシュミー
☎090-2889-9602

踊る食育ペットボトルピザ

開催日時 随時 ※3時間30分
ところ 出張
料金 3,000円
定員 15人～
☎ ネイチャーキッズ寺子屋
☎090-2271-0257



誰でも簡単に描けて楽しい!
色鉛筆で塗る「大人絵日記講座」

開催日時 第2水曜
午後1時30分～3時30分
ところ マルホンまきあーとテラス
料金 2,000円 定員 10人
☎ 大人絵日記認定講師
☎080-5557-9014

布にまつわる衣食住の暮らし

開催日時 随時 ※2時間
ところ 旧石巻市、東松島市
料金 3,000円
定員 個人3人まで
団体5人まで
☎ 矢澤
☎090-2955-0140

東城エリ子おもしろ造形教室

開催日時 第1・3土・日曜
※2時間
ところ 出張
料金 500～1,000円
定員 5～10人
☎ 東城エリ子
☎080-5417-0238

おしゃべりしながら手芸工芸しましょう

開催日時・ところ 要相談
料金 500円～/1人
☎ サポート石巻
☑ sishinomaki@gmail.com

蓮ランタンを作ろう

開催日時・ところ 要相談
料金 会場使用料、材料代
☎ サポート石巻
☑ sishinomaki@gmail.com



くらしを楽しむ♪
実用知識×趣味×楽しみ講座

開催日時・ところ 要相談
料金 会場使用料、材料代
☎ サポート石巻
☑ sishinomaki@gmail.com

2
まちづくり学会

まちづくりや地域の団体活動
などに関する教室や講座

出張開催フラダンス

開催日時 随時
ところ 出張
☎ ナープア モーハラ
☎090-2989-4704

自分らしい眉を
描けるようになりましょう

開催日時 随時 ※1時間程度
ところ コスメゆい(西山町3-4)
料金 1,100円
定員 1～2人
☎ コスメゆい
☎23-7415

野外環境コミュニティ体験活動
～防災に関わる炊き出し体験と
地域コミュニティとの交流～

開催日時 第3土・日曜 午前11時～
ところ 網地島 料金 1,000円
定員 6人
☎ NPO法人スマイルシード
☎090-3754-5466

3
子育て学会

子育てや親の学び、家庭教育に
関する教室や講座

ママ(パパ)と赤ちゃんの
リフレッシュフラダンス

開催日時 第1・3木曜
午前11時30分～午後0時30分
ところ 石巻圏域内
料金 1,000円 定員 10組
☎ ナープア モーハラ
☎090-2989-4704

ママフラサークル

開催日時 毎週木曜
午前10時～11時30分
ところ 向陽、大街道
料金 1,000円
定員 10組
☎ ヘアーパナ オカイオロヒア
☎080-1830-2468



4
スポーツ健康学会

スポーツや健康に関する
教室や講座

笑顔とふれあいの
「キンボールスポーツ」体験会

開催日時 日曜 午後1時～4時
ところ 中里小体育館
☎ 宮城キンボール
スポーツクラブ2012
☎090-7079-6644

リフレッシュフラダンス

開催日時 第2月曜(月1回)
午後2時～3時
ところ 石巻圏域内
料金 1,000円
定員 10人
☎ ナープア モーハラ
☎090-2989-4704

子供フラダンス

開催日時 水・土曜(月3回程度)
午後5時～6時
ところ 石巻市、東松島市
料金 5,000円
定員 10人
☎ ヘアーパナ オカイオロヒア
☎080-1830-2468

からだをいたわる季節の薬膳ごはん
教室とセルフケア養生講座

開催日時 随時
ところ 石巻圏域内
料金 料理教室 3,500～5,000円
講座 2,000円～
☎ いたわり薬膳
☑ itawari.yakuzen@outlook.jp

メディカルアロマで
ハンドクリーム作り

開催日時 随時 ※1時間程度
ところ 出張
料金 1,000円
定員 15人
☎ ラクシュミー
☎090-2889-9602

自分の腰痛、肩こりは自分で治す!
水の動きで姿勢改善

開催日時 要相談
※1～2時間程度
ところ 石巻市、東松島市に出張
料金 5,000円
☎ 空手&フィットネス 松川道場
☎090-2978-1269

ふみであて楽健法

開催日時 随時 ※2時間程度
ところ 出張
料金 2,000円
☎ 東北楽健法石巻 阿部
☎090-5233-3033

5
国際交流学会

国際交流に関する知識を
学ぶための講座

やさしく学ぶ4つの宗教×SDGs
～学校で人気の内容を講座化～

開催日時・ところ 要相談
料金 会場使用料、資料代
☎ サポート石巻
☑ sishinomaki@gmail.com

世界の料理で旅する講座

開催日時・ところ 要相談
料金 会場使用料、資料代
☎ サポート石巻
☑ sishinomaki@gmail.com

