

2026年（令和8年）5月号

発行 三沢市公会堂・三沢市立中央公民館
指定管理者 東北共立・寿商事グループ

〒033-0031 三沢市桜町一丁目6番35号
TEL 0176-53-8711 FAX 0176-53-8714



特定防衛施設周辺整備調整交付金事業の交付を受け、
管理・運営を行っております。

受講料は無料です！お気軽にご参加ください。
人生100年時代を生き抜くための教養講座

令和8年度

三沢市民大学

※都合により、日程や内容が変更になる場合がございますのでご了承下さい。

会場 三沢市公会堂 3階 第8・9集会室
時間 14:00～15:30（受付13:30～）
定員 各回80名 ※第3講座のみ40名
申込み 各開催日の3日前までにお電話または
公会堂事務室でお申し込み下さい。

第1講座 5月23日(土)	<p>【暦の話～日々を楽しむ】 毎日のように使っている暦（カレンダー）。暦はどのようにして生まれたのか、世界にはどんな暦があるのか、旧暦と新暦はどう違うのかなど、暦について考えてみましょう。 戸戸学院大学 短期大学部 客員教授 三村 三千代 氏</p>
第2講座 6月27日(土)	<p>【知って得する食品表示】 食品パッケージの表示には食事を選ぶ際のヒントがたくさん隠されています。意外と見落としがちな食品表示のポイントをわかりやすく解説します。 青森県消費生活センター 消費生活主任相談員 田中 栄子 氏</p>
第3講座 8月29日(土) 定員40名	<p>【筆ペンで届ける「ありがとう」】～心が“ふわっと”あたたかくなる笑い文字～ “笑い文字”は、書く人の心を映し出し、書いた人も受け取った人も、ほっと笑顔になれる文字です。文字に想いを込める楽しさや大切さをお伝えします。 笑い文字普及協会 認定講師 中津 かおる 氏</p>
第4講座 9月 5日(土)	<p>【豊かな老後のために知っておきたいお金の話】 セカンドライフを自分らしく快適に過ごすために考えるべき生活設計のポイントや今あるお金の使い方、終活の必要性と考える際のポイントなどを解説します。 金融経済教育推進機構 J-FLEC講師 下田 幸彦 氏</p>

にじいろマルシェ

地産地消クッキング 第1回 生米マフィン作り

生のお米からマフィンを作ります

日時 令和8年6月7日(日) 9:00～11:00

場所 三沢市公会堂 2階 調理実習室

講師 食育ソムリエ・空飛ぶごぼうPROJECT 代表 金淵 良子 氏

定員 12名（先着順）

材料費 600円

持ち物 エプロン・三角巾

申込み 令和8年5月31日(日)まで



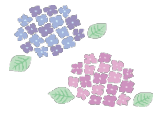
青森県産米
使用！



お申込み・お問合せ
三沢市公会堂 ☎0176-53-8711



三沢市公会堂・三沢市立中央公民館 催し物予定表



令和8年5月						
日	曜	催し物	会場	開演	入場料等	主催者・お問合せ先
16	土					
17	日					
18	月	休館日				
19	火					
20	水					
21	木					
22	金					
23	土	令和8年度三沢市民大学 第1講座				三沢市立 中央公民館 0176-53-8711 (公会堂内)
24	日					
25	月	休館日				
26	火					
27	水					
28	木					
29	金					
30	土					
31	日					
令和8年6月						
日	曜	催し物	会場	開演	入場料等	お問合せ先
1	月	休館日				
2	火					
3	水					
4	木					
5	金					
6	土					
7	日	美味しい!楽しい!笑顔になる1日 にじいろマルシェ vol.7		11:00~15:30 3階 集会室		三沢市公会堂 0176-53-8711
8	月	休館日				
9	火					
10	水					
11	木					
12	金					
13	土					
14	日	第29回 チャリティー 夢とおどりのつどい	小ホール	12:00	前売 1,000円(税込) 当日 1,300円(税込)	夢とおどりの つどう会 090-3125-1502
15	月	休館日				

※この情報は4月20日現在のものです。主催者の都合により、時間や内容が変更または中止になる場合がございますのでご了承ください。催し物の詳細については各お問合せ先へご確認ください。

