

# 令和5年度 古川 市民センター 講座開催情報

9月 ~ 3月

応募開始日などの、詳しいことは職員にお問合せください。古川市民センター(017-776-8082)

開催月	講座名	開催日(初日)	曜日	学習時間	講師	対象と募集人数	材料費等	準備物	備考
9月	あなたはどんな葬儀をしたい？	9/2	土	10:00~12:00	(株)リンクモア	一般 20人	無料	なし	
9月	頭と体を元気にする90分-第3弾-	9/9	土	10:00~11:30	健康運動指導士 棟方 由美子	65歳以上 20人	無料	なし	
9月	一般水泳教室・木曜日②	9/21	木	10:00~12:00	日赤水上安全法指導員 北谷 誉子他	一般 50人	4,000円	水着一式	10回シリーズ 9/21,28,10/5,12,19,26,11/2,9,16,30
9月	集中水泳教室・金曜日②	9/22	金	13:30~14:30	日赤水上安全法指導員 神 幸子他	一般 10人	5,000円	水着一式	10回シリーズ 9/22,29,10/6,13,20,27,11/10,17,24,12/1
9月	プールで楽しく健康づくり・月曜日②	9/25	月	10:00~12:00	日赤水上安全法指導員 北谷 誉子	一般 25人	2,000円	水着一式	10回シリーズ 9/25,10/2,16,23,30,11/6,13,20,27,12/4
9月	プールで楽しく健康づくり・水曜日②	9/27	水	10:00~12:00	日赤水上安全法指導員 北谷 誉子	一般 25人	2,000円	水着一式	10回シリーズ 9/27,10/4,11,18,25,11/1,8,15,22,29
9月	古川市民センターまつり	9/30	土、日	10:00~15:00	古川市民センターまつり実行委員会	一般			2日間 9/30,10/1 催事
10月	ソフトエアロビクスと健康講座②	10/7	土	10:00~11:30	JWI認定インストラクター 山口京	中学生以上 60人	無料	内ばき・大判バスタオル(ヨガマット可)・水分補給	5回シリーズ 10/7,14,11/4,11,18
10月	高齢者のためのスマホ初歩講座②	10/10	火	10:00~12:00	ソフトバンク株式会社	65歳以上 15人	無料	スマホ(無くても可)・筆記用具	2回シリーズ 10/10,24
10月	立田龍宝さんと作るハロウィンランタン	10/14	土	13:00~17:00	ねぶた師 立田 龍宝	小学生以上 10人	1,500円	なし	
10月	”新そば”打ち体験講座	10/24	火	9:30~13:30	MOYAヒルズ 齋藤 久夫	一般 18人	1,500円	エプロン	
10月	鉢花講座②(パンジー)	10/25	水	10:00~12:00	渋谷種苗店 渋谷 美美子	一般 15人	1,000円	移植ベラ・ゴム手袋	
11月	こころを整え写経②	11/8	水	10:00~12:00	正覚寺 住職 楠美 知剛	一般 20人	無料	なし	
11月	自分の身体年齢を知ろう	11/21	火	10:00~12:00	青森市保健所 健康づくり推進課	一般 20人	無料	動きやすい服装	
11月	ゲームで楽しくマナフィット②	11/25	土	10:00~12:00	JSP0スポーツプログラマー 兼平 麻菜	中学生以上 30人	無料	内ばき・大判バスタオル(ヨガマット可)・水分補給	5回シリーズ 11/25,12/2,9,16,23
11月	ネット被害防止スマホ講座	11/28	火	10:00~12:00	青森県警察本部	60歳以上 15人	無料	なし	
12月	大人の着衣泳	12/5	火	10:00~12:00	日赤水上安全法指導員 北谷 誉子	一般 10人	無料	水着一式・着替え	
12月	着衣泳	12/5	火	13:30~15:00	日赤水上安全法指導員 北谷 誉子	古小6年生 15人	無料	水着一式・着替え	
12月	お話・読み聞かせ講座	12/15	金	10:30~11:30	おいしいおかゆの会	古小1年生 15人	無料	なし	
12月	お正月用生け花講座	12/28	木	10:00~12:00	小原流専任講師 白鳥 順子	一般 15人	3,000円	花ばさみ・新聞紙	

1月	プールで楽しく健康づくり・水曜日③	1/10	水	10:00~12:00	日赤水上安全法指導員 北谷 誉子	一般	25人	2,000円	水着一式	10回シリーズ 1/10,17,24,31,2/7,14,21,28,3/6,13
1月	一般水泳教室・木曜日③	1/11	木	10:00~12:00	日赤水上安全法指導員 北谷 誉子他	一般	50人	4,000円	水着一式	10回シリーズ 1/11,18,25,2/1,8,15,22,29,3/7,14
1月	プールで楽しく健康づくり・月曜日③	1/15	月	10:00~12:00	日赤水上安全法指導員 北谷 誉子	一般	25人	2,000円	水着一式	10回シリーズ 1/15,22,29,2/5,19,26,3/4,11,18,25
1月	集中水泳教室・金曜日③	1/19	金	13:30~14:30	日赤水上安全法指導員 神 幸子他	一般	10人	4,500円	水着一式	9回シリーズ 1/19,26,2/2,9,16,3/1,8,15,22