

令和6年度 横内 市民センター 講座開催情報

10月 ~ 2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。横内市民センター(017-738-8723)

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
10月	ハロウインの寄せ植え教室	10/12	土	10:00~12:00	フラワーコーディネーター 桜庭るみ子	18歳以上 20人	1,300円	エプロン、ゴム手袋、シャベル、持ち帰り用袋	鉢付き
10月	うちカフェ応援 初心者向けコーヒー教室 4種のコーヒーの飲み比べ	10/15	火	10:00~12:00	あんでな青森 菊池 康太郎	18歳以上 16人	1,000円	エプロン、三角巾、布巾、手拭きタオル、筆記用具	
10月	シニア向けスマートフォンセキュリティ講座	10/16	水	13:30~15:00	ソフトバンク(株) スマホアドバイザー 佐藤 暁子	60歳以上 10人	無料	筆記用具、水分補給用飲料	
10月	ロコモ予防体操でいきいきエンジョイ	10/21	月	10:00~12:00	青森市高齢者支援課 三上理紗	18歳以上 15人	無料	運動し易い服装、汗ふきタオル、水分補給用飲料	
10月	料理教室「茶飯他三品」	10/26	土	10:00~13:00	料理愛好家 嶋田 壽美子	18歳以上 12人	1,500円	エプロン、三角巾布、巾、手拭きタオル、筆記用具、水分補給用飲料	
11月	初めてのスマホ教室「やさしい基本編」「LINE体験編」	11/19	火	13:30~15:30	ソフトバンク(株) スマホアドバイザー 佐藤 暁子	18歳以上 10人	無料	筆記用具、水分補給用飲料	2回シリーズ 11/19,20
11月	漬け物教室「聖護院大根の千枚漬け」	11/24	日	10:00~13:00	漬け物愛好家 川浪 祐子	18歳以上 12人	800円	エプロン、三角巾、布巾、手拭きタオル、筆記用具、持ち帰り用樽蓋付き10L、水分補給用飲料	
11月	ロコモ予防体操と脳トレ 南地域包括支援センター編	11/25	月	10:00~12:00	南地域包括支援センター センター長 高杉 紀子	18歳以上 15人	無料	運動し易い服装、汗ふきタオル、水分補給用飲料	
11月予定	横内市民センターまつり	11月予定	未定	9:30~15:00	市民センターまつり実行委員会	地域住民	無料	なし	催事
11月	クリスマスのお花アレンジ(造花)	11/30	土	10:00~12:00	フラワーコーディネーター 川口 松子	小学生~大人まで 15人	1,000円	はさみ、持ち帰り用袋、水分補給用飲み物	
12月	絵手紙教室~冬の始まり~	12/4	水	13:00~15:00	楽絵の会 主宰 高田 順子	18歳以上 10人	1,000円	なし	2回シリーズ 12/4,11 作品1~2、落款印作成付き
12月	漬け物教室「ますとキャベツの漬物」	12/8	日	10:00~13:00	漬け物愛好家 川浪 祐子	18歳以上 12人	900円	エプロン、三角巾、布巾、手拭きタオル、筆記用具、持ち帰り用樽蓋付き10L、水分補給用飲料	
12月	ロコモ予防体操でいきいきエンジョイ	12/16	月	10:00~12:00	青森市高齢者支援課 三上理紗	18歳以上 15人	無料	運動し易い服装、汗ふきタオル、水分補給用飲料	
12月	お正月を彩るお花を飾りましょう(生花)	12/27	金	10:00~12:00	フラワーコーディネーター 川口 松子	18歳以上 15人	2,800円	花バサミ、持ち帰り用紙袋(マチ広目)	花代、オアシス代込
1月	寒仕込み かんたんみそ作り	1/25	土	10:00~13:00	アロマとハーブと石けんの教室さち 主宰 高村 智子	18歳以上 10人	1,000円	エプロン、三角巾、布巾、手拭きタオル、筆記用具、持ち帰り用袋	当日朝、納豆は食べないこと
1月	ロコモ予防体操でいきいきエンジョイ	1/27	月	10:00~12:00	青森市高齢者支援課 三上理紗	18歳以上 15人	無料	運動し易い服装、汗ふきタオル、水分補給用飲料	
2月	千代紙で作るお雛様	2/8	土	13:00~16:00	手芸愛好家 嶋田 壽美子	18歳以上 10人	500円	はさみ	台紙付き
2月	ロコモ予防体操と脳トレ 南地域包括支援センター編	2/17	月	10:00~12:00	南地域包括支援センター センター長 高杉 紀子	18歳以上 15人	無料	運動し易い服装、汗ふきタオル、水分補給用飲料	