

# 令和6年度 古川 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。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
10月	立田龍宝さんと作る金魚ねぶた	10/12	土	13:00~17:00	ねぶた師 立田 龍宝	小学生以上 10人	2,000円	なし	
10月	初めてのスマホ操作からネット被害防止	10/18	金	10:00~12:00	青森県警察本部サイバー犯罪対策課	高齢者 20人	無料	なし	
10月	きいて・みて・さわって・体験できる消防教室	10/19	土	10:00~12:00	中央消防署職員	小学生以上 30人	無料	なし	
10月	新そば打ち体験講座	10/22	火	9:30~13:30	MOYAヒルズ 齋藤 久夫	一般 18人	1,500円	エプロン・三角巾	
11月	リズム体操とストレッチ②	11/2	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)・水分補給用飲料	5回シリーズ 11/2,9,16,23,30
11月	こころを整え写経②	11/8	金	10:00~12:00	正覚寺 住職 楠美 知剛	一般 20人	無料	なし	
11月	シニア向けスマホ初歩講座・もう一度基本操作から!	11/12	火	10:00~12:00	ソフトバンク(株) 佐藤 暁子	65歳以上 10人	無料	なし	2回シリーズ 11/12,26
11月	運動嫌い集まれ! モルックで遊ぼう♪	11/19	火	10:00~12:00	健康運動指導士 棟方 由美子	一般 20人	無料	運動しやすい服装・水分補給の飲み物	2回シリーズ 11/19,25
12月	着衣泳	12/3	火	13:30~15:00	日赤水上安全法指導員 北谷 誉子	古川小6年生 10人	無料	水着一式	
12月	マナフィットで免疫力アップ①	12/7	土	10:00~12:00	JSP0スポーツプログラマー 兼平 麻菜	一般 20人	無料	ヨガマット(大判バスタオル)・水分補給用飲料	3回シリーズ 12/7,14,21
12月	お正月用生け花講座	12/28	土	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	一般水泳教室・木曜日③	1/9	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 1/9,16,23,30,2/6,13,20,27,3/6,13
1月	プールで楽しく健康づくり・水曜日③	1/15	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 1/15,22,29,2/5,12,19,26,3/5,12,19
1月	集中水泳教室・金曜日③	1/17	金	13:30~14:30	日赤水上安全法指導員 齋藤 恵子他	一般 10人	5,000円	水着一式	10回シリーズ 1/17,24,31,2/7,14,21,28,3/7,14,21
1月	プールで楽しく健康づくり・月曜日③	1/20	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 1/20,27,2/3,10,17,3/3,10,17,24,31
2月	マナフィットで免疫力アップ②	2/8	土	10:00~12:00	JSP0スポーツプログラマー 兼平 麻菜	一般 20人	無料	ヨガマット(大判バスタオル)・水分補給用飲料	2回シリーズ 2/8,15