

すまいる

古川市民センターだより

発行 青森市古川市民センター
〒030-0862 青森市古川 3-7-14
TEL 017-776-8082
FAX 017-773-9551



館長のあいさつ

2020年1月上旬に、新型コロナウイルス感染症が国内で確認されてから3年が過ぎ、さまざまな制約を受けながらも市民センターでの活動を続けることができました。私が館長となったのはその最中でした。マスクをしながら熱心に活動に打ち込む利用者様の姿を見るたびに、自分は年を重ねても元気でいられるだろうかと考えてしまいます。

さて、館内の環境整備についてはこれまでもご紹介させていただきましたが、今年は当センターに力強い仲間がやってきました。職員の実家にあった五月人形を寄付していただきましたが、私は今までにこんな立派な飾りは見たことがありません。センターを訪れる利用者も足を止めて見入る姿を見ることもしばしばです。今年も気持ちよく当センターを利用していただけるよう環境整備に努めますのでよろしくお願い致します。

古川市民センター 館長 中川 覚



我らの力強い仲間『五月人形』

講座レポート

そば打ち体験講座 (5/24)

5月24日モヤヒルズで開催された「そば打ち体験講座」の講師は、ゆ〜さ浅虫などを運営している青森市文化観光振興財団の齋藤久夫さんでした。統括マネージャーとして観光イベントの企画を担当している傍ら、そば打ちを初めて23年というキャリアの持ち主。参加者は3名ずつ6班に分かれ、講師の丁寧な説明の下、[水回し→くくり→練り→菊もみ→へそ出し→地のし→丸出し→角出し→のばし→たたみ→切り]という11の作業工程に挑むも、そこは初心者。練った生地を円錐形にする[へそ出し] 麺棒で薄くのばす[のばし]の工程では「先生助けて」コールのオンパレード。各班を回って汗だくで手直しする齋藤講師の超絶技巧に歓声と拍手の嵐。悪戦苦闘した結果の自分たちのそばを茹でて、冷水に浸け、とろろざるそばにして美食。「苦労した分、とても美味しいね」「秋は家族で新そば祭りに参加したい」などの声が寄せられた楽しい体験講座でした。



「見た目より味よね〜」



お勧めの講座・イベントのご案内! (7・8月)

男性限定水泳講座

開催日：7/31, 8/7, 14, 21 (月/全4回)
会場：温水プール 10:00~11:30
定員：男性10人
参加費：無料
準備物：水泳用具一式、バスタオル
※水と時間と戦う 自分みがき!!



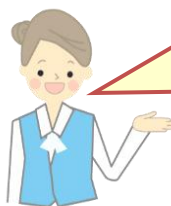
太極拳初級講座

開催日：8/19, 26, 9/2, 9, 16 (土/全5回)
会場：体育館 10:00~11:30
定員：30人
参加費：無料
準備物：動きやすい服装、上履き
タオル、飲料水(水分補給)
※腰痛、肩こり、ストレス解消!



古川市民センターが、市民の皆様に提供する主な講座です！11月までの予定

番号	講座・イベント等名	開催日	曜日	開催時間	募集人数	募集対象	受講料等
1	高齢者のためのスマホ講座①	7/11,25	火	10:00～12:00	10人	65歳以上	無料
2	頭と体を元気にする90分-第2弾-	7/15	土	10:00～11:30	20人	65歳以上	無料
3	ストレッチヨガ	7/15,22,29,8/5,12	土	10:00～11:30	20人	中学生以上	無料
4	少年・少女水泳講座	7/24,25,26,27,28	月～金	10:00～12:00	20人	小学3～6年生	無料
5	男性限定水泳講座	7/31,8/7,14,21	月	10:00～11:30	10人	男性限定	無料
6	女性のための水泳講座	8/1,8,15,22	火	10:00～11:30	20人	女性限定	無料
7	高齢者のための水中ウォーキング	8/2,9,16,23	水	10:00～11:30	20人	65歳以上	無料
8	高齢者のための水中筋力アップ	8/3,10,17	木	10:00～11:30	20人	65歳以上	無料
9	夏休みお助け講座	8/11	金	10:00～12:00	10人	小学生	1,000円
10	太極拳初級講座	8/19,26,9/2,9,16	土	10:00～11:30	20人	一般	無料
11	あなたはどんな葬儀をしたい？	9/2	土	10:00～12:00	20人	一般	無料
12	頭と体を元気にする90分-第3弾-	9/9	土	10:00～11:30	20人	65歳以上	無料
13	一般水泳教室・木曜日②	9/21,28,10/5,12,19,26,11/2,9,16,30	木	10:00～12:00	40人	一般	5,000円
14	集中水泳教室・金曜日②	9/22,29,10/6,13,20,27,11/10,17,24,12/1	金	13:30～14:30	10人	一般	5,000円
15	プールで楽しく健康づくり・月曜日②	9/25,10/2,16,23,30,11/6,13,20,27,12/4	月	10:00～12:00	20人	一般	2,500円
16	プールで楽しく健康づくり・水曜日②	9/27,10/4,11,18,25,11/1,8,15,22,29	水	10:00～12:00	20人	一般	2,500円
17	古川市民センターまつり	9/30,10/1	土、日	9:00～15:00		一般	
18	ソフトエアロビクスと健康講座②	10/7,14,21,11/4,11	土	10:00～11:30	60人	中学生以上	無料
19	高齢者のためのスマホ講座②	10/10,24	火	10:00～12:00	10人	65歳以上	無料
20	ハロウィンランタン	10/14	土	13:00～17:00	10人	小学生以上	未定
21	鉢花講座②(パンジー)	10/25	水	10:00～12:00	10人	一般	1,000円
22	こころを整え写経②	11/8	水	10:00～12:00	20人	一般	無料
23	自分の身体年齢を知ろう	11/21	火	10:00～12:00	20人	一般	無料
24	お話・読み聞かせ講座	11/24	金	10:30～11:30	15人	古小1年生	無料
25	ゲームで楽しくマナフィット②	11/25,12/2,9,16,23	土	10:00～12:00	30人	中学生以上	無料



新型コロナウイルス感染症の感染対策も緩和されてきましたが、市民センターでは、講座受講者の安全・安心を図りながら、多くの皆さんに受講いただけるよう、学びがいのある講座をたくさん設けました。なお、受講希望の際は、「広報あおもり」月初め号又は古川市民センターにお問い合わせくださるようお願いいたします。

編集後記

青森市生涯学習推進員の須藤、田中、横内、奈良原です。今年も「市民センターだより」を通して、各市民センターの取組を発信し、市民の皆様の学びをしっかりと支援してまいります。

〈取材・編集〉

青森市中央市民センター1F
青森市生涯学習推進員室
TEL 017-734-0164 (内線 36)
古川市民センター担当：田中、奈良原