

# まほろば

戸山市民センターだより

発行 青森市戸山市民センター  
〒030-0957 青森市蛭沢 4-1-4  
TEL 017-743-0720  
FAX 017-764-0522



## 館長のあいさつ

地域の皆様には、日頃より市民センター運営にご理解とご協力をいただき、心より感謝申し上げます。コロナ禍も3年となりましたが、当センターでは感染防止を十分行い、皆様のご協力をいただきながら活動のサポートをしております。当面は感染防止対策をとりながらのサポートになりますが、引き続き皆様のご理解とご協力をお願いいたします。

地域住民の多様化・高度化する学習ニーズに応え、学習機会の充実を図りたいと思います。また、コロナ禍で停滞しつつある地域活動の活性のため、できる限り諸事業の実施に向けて取り組みたいと思います。

センター職員は、これまで以上に感染防止に力を入れるとともに、安心・安全・快適な学習と活動の場を、皆様に提供して参りたいと思いますので、さらなるご理解とご協力をお願い申し上げます。ご挨拶とさせていただきます。

## 講座レポート

## 海洋葬ってなに！？ ～散骨葬送を学ぶ～ (6/14)

6月14日に戸山市民センターで「海洋葬ってなに！？～散骨葬送を学ぶ～」が開催されました。講師は、遺品整理士・特殊清掃士の佐々木徹さんです。佐々木さんは実際に海洋葬や樹木葬を手掛けていて、実際に携わっているからこそその詳しいお話でした。

①海に散骨するといっても、撒ける場所が定められている。陸奥湾では、夏泊半島よりも北の海域で沿岸から1.8km以上離れていること。②お骨はパウダーのように細かくすること。③喪服で船に乗り込み、船上でお坊さんの読経などはしてはならないこと、これらが要点でした。散骨後にトラブルにならないように、家族、親戚を含めての十二分な話合いの必要性を助言されました。故人の遺志を尊重して、埋葬してからの一部の散骨というケースもあり、佐々木さんの会社には年間60件ほどの海洋葬の依頼があるそうです。



海洋葬での散骨



## お勧めの講座・イベントのご案内! (7~8月)

### キッズチャレンジ教室「ドローン操縦」

開催日：7月30日(日)

10:00~12:00

対象：小学4年生~6年生

講師：大坂組ドローンスクール青森校 徳差 毅

定員：8人(無料)

準備物：シューズ、  
水分補給用飲み物



※まずは飛ばそう！上手にできるかな？

### ツボ刺激ヨガ

開催日：8月8、15、22、29日(火)

19:00~21:00

対象：18歳以上

講師：ヨガインストラクター 多魅

定員：16人(無料)

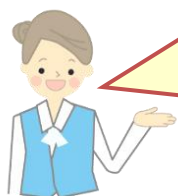
準備物：動きやすい服装、  
水分補給用飲み物、  
汗拭きタオル、ヨガマット

※ヨガでツボ刺激ポーズ！！



# 戸山市民センターが、市民の皆様へ提供する主な講座です！ 7月からの予定

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	ねぶた衣装着付け教室	7/15	土	10:00～12:00	12人	高校生以上	無料
2	こどもの映画会(夏休み)①がんばれスイミー②ばけくらべ	7/23	日	10:00～11:00	20人	小学生以下	無料
3	キッズチャレンジ教室「ドローン操縦」	7/30	日	10:00～12:00	8人	小学校4年生～6年生	無料
4	ツボ刺激ヨガ	8/8,15,22,29	火	19:00～21:00	16人	一般	無料
5	「緑のカーテン」収穫ゴーヤの料理教室	9/4	月	10:00～12:00	12人	一般	無料
6	ソフエアロビクス&ボディメイク	9/8,15,22,29	金	10:00～12:00	16人	一般	無料
7	認知症と成年後見の役割を学ぶ	9/13	水	10:00～12:00	20人	一般	無料
8	バドミントン教室	9/30, 10/7,14,21	土	10:00～12:00	20人	一般	1,200円
9	親子で音楽コミュニケーション	10/1	日	10:00～12:00	20人	未就学児と保護者	無料
10	英会話教室part1～空港シチュエーション編～	10/10,17	火	10:00～12:00	15人	一般	無料
11	お魚のパワーをいただく料理教室	10/22	日	10:00～12:00	12人	一般	無料
12	英会話教室part2～客室トラブル編～	10/31,11/7	火	10:00～12:00	15人	一般	無料
13	センターまつり	11/4,5	土、日	9:30～15:00		一般	
14	室内ベタンクを体験してみよう	11/11,18,25, 12/2	土	10:00～12:00	20人	一般	無料
15	英会話教室part3～ショッピング編～	11/21,28	火	10:00～12:00	15人	一般	無料
16	アーティシャルフラワーでお正月飾りを作ろう	11/30	木	10:00～12:00	10人	一般	2,000円
17	郷土料理教室～おこわとたまり漬けと草餅～	12/5	火	10:00～13:00	12人	一般	1,000円
18	こどもの映画会(冬休み)①サンタの山妖精の森②いじわる狐ランポー	12/24	日	10:00～11:00	20人	小学生以下	無料
19	キッズフィットネス～冬休みの運動不足解消～	1/6,13	土	10:00～12:00	10人	小学生	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」月初め号又は戸山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)  
戸山市民センター担当：田中、奈良原