

## 市民センターの講座

申込みは各開催場所へ(申込順)／少数中止／受講キャンセルは開始1週間前まで

講座名	開催日時	対象/人員	料金	申込方法
<b>●横内市民センター ☎017-738-8723</b>				
「昔のねぶた、青森駅の歴史」スライド上映	5/15(土) 10:00~12:00	中学生以上20人	無料	5/1(土)9:00~電話・来館
「わたしノート」を使ってこれからの人生考えよう!	5/26(水) 10:00~11:30	18歳以上20人	無料	5/10(月)9:00~電話・来館
県産羊毛でフェルト作り~可愛いボトルケースに変身させよう!	6/9(水) 10:00~12:00	18歳以上15人	600円	5/25(火)9:00~電話・来館
お菓子作り教室~食パンでキッシュ~	6/12(土) 10:00~13:00	18歳以上12人	2,000円	5/26(水)9:00~電話・来館
<b>●油川市民センター ☎017-788-1201</b>				
やさしい着付け教室No.1	5/24~6/21の月曜日 10:00~12:00	18歳以上15人	無料	5/3(月)9:00~電話・来館
アロマでフットマッサージ	5/25(火) 10:00~12:00	18歳以上15人	1,000円	5/4(火)9:00~電話・来館
春の郷土料理教室(山菜)	5/27(木) 10:00~13:00	18歳以上14人	1,200円	5/6(木)9:00~電話・来館
バレリーナになった気分!でストレッチ	5/29~6/19の土曜日 10:00~12:00	18歳以上15人	無料	5/7(金)9:00~電話・来館
<b>●古川市民センター ☎017-776-8082</b>				
救急車が着くまでに自分たちで出来ること(AED含む)	6/6(日) 9:30~12:30	18歳以上20人	無料	5/12(水)10:00~電話・来館
<b>●荒川市民センター ☎017-739-2343</b>				
今日は俺が作るぜ!男の料理教室(春)	5/22(土) 10:00~13:00	高校生以上の男性16人	1,000円	5/7(金)9:00~電話・来館
初めての陶芸教室~仕切り皿とフリーカップ~	5/26~7/21の水曜日 18:30~20:30	高校生以上10人	1,500円	5/12(水)9:00~電話・来館
シニアにもやさしいスマホ教室	6/3~24の木曜日 10:00~12:00	50歳以上20人	無料	5/19(水)9:00~電話・来館
カラダすっきり筋膜リリース	6/4(金)・11(金) 10:00~12:00	18歳以上15人	無料	5/21(金)9:00~電話・来館
<b>●沖館市民センター ☎017-761-4161</b>				
春の屋外ウォーキング~歩き方のポイントを学ぶ~	5/17(月)・24(月) 10:00~12:00	18歳以上30人	無料	5/6(木)9:00~電話・来館
初心者の方の着付け教室	5/18~6/22の火曜日 19:00~21:00	18歳以上10人	無料	5/6(木)9:00~電話・来館
春を彩るテーブルフラワーアレンジメント	5/19(水) 13:00~15:00	18歳以上10人	2,000円	5/6(木)9:00~電話・来館
大人のパレオストレッチ~美しくしなやかに体幹を鍛えよう~	5/20~6/17の木曜日 10:00~12:00	18歳以上20人	無料	5/7(金)9:00~電話・来館
【地域力アップ講座】北洋硝子の歴史を学びながら工場見学をしよう	5/29(土) 10:00~12:00	中学生以上20人	無料	5/7(金)9:00~電話・来館
住職さんに聞くためになるお話~仏教を生活に活かして~	6/9(水) 10:00~11:30	18歳以上30人	無料	5/7(金)9:00~電話・来館
<b>●西部市民センター ☎017-788-2491</b>				
素足で快適!手作り布草履教室	6/1~22の火曜日 13:00~15:00	18歳以上10人	2,500円	5/2(日)10:00~料金持参で来館
<b>●北部地区農村環境改善センター ☎017-754-2244</b>				
山菜に親しむ集い...料理とレシピ	5/20(木) 10:00~13:00	18歳以上16人	500円	5/1(土)9:00~電話・来館
聴く旅「あおもり再発見」	5/24(月) 10:00~12:00	18歳以上20人	無料	5/1(土)9:00~電話・来館
シニア向けスマートフォン講座(初級編)	5/28~6/11の金曜日 10:00~12:00	50歳以上12人	無料	5/1(土)9:00~電話・来館
「スキンケアの基礎知識」「歯と口の健康」「立ち振る舞い」	5/31~6/14の月曜日 10:00~12:00	18歳以上の女性15人	無料	5/1(土)9:00~電話・来館

## 中央市民センターのイベント

☎中央市民センター (☎017-734-0164)

※第3日曜日、年末年始は休館

## ◆こどもの映写会

時 5月30日(日)

10:00~10:46

内 幼児・児童向け16mm映画より

「ばけくらべ」

「六人のごうけつ」

料 無料

いずれのイベントも  
マスクの着用を  
お願いします!

中央市民センター 長内

## ◆5月のプラネタリウム

料 160円 (中学生以下無料/障がい者手帳提示80円)

星空の時間	土曜日 ①11:00 ②13:30
5月の星座 (約30分)	日曜日・祝日 13:30 (16日除く)
プラネくんと星空さんぽ 絵話「石となった巨人アトラス」 (幼児向け・約30分)	日曜日・祝日 11:00 (16日除く)

## ◆おとなの映写会

時 5月28日(金) 10:00~11:28

内 「砂漠の鬼将軍」第二次世界大戦中に砂漠の狐と恐れられたロンメル元帥の悲劇を「無冠の名優ジェームス・メイソン」が演じた作品(1951年アメリカ・吹替版)

人 料 25人(抽選)/無料

申 5/7(金)必着で、申込用紙(中央市民センター備付けまたは市ホームページ掲載)、往復はがき、FAX、Eメール(件名「おとなの映写会申込」)に必要事項(①住所(郵便番号) ②氏名(ふりがな) ③電話番号)を記入の上、〒030-0813 松原一丁目6-15 中央市民センター(☎017-775-7048 ☒center-koza@city.aomori.aomori.jp)へ ※5/14(金)から結果通知

掲載のものは申込順（一部除く） ほかは当日直接会場へ

※掲載の内容は、4月5日時点の情報をもとに、作成しています。イベント等は中止・延期・変更となる場合がありますので、最新情報は、各お問合せ先にご確認ください。

## 市民スクール 応募多数抽選/少数中止/受講キャンセルは開始1週間前まで

開催場所	番号	講座名	開催日時	対象/人員	料金
中央市民センター	1	日常生活で使える実用書道～目からウロコの文字の書き方～	6/2～30の水曜日10:00～12:00	18歳以上12人	1,650円
	2	スマホカメラで素敵な写真撮影をしてみよう!	6/3(木) 10:00～11:30	18歳以上15人	無料
	3	新型コロナウイルス感染症とその感染予防	6/3(木) 13:30～15:00	18歳以上30人	無料
	4	今から始める資産形成!	6/10(木) 18:00～20:00	18歳以上30人	無料
	5	ジョシュア先生の楽しい英会話教室	6/11～25の金曜日10:00～12:00	18歳以上30人	無料
	6	暮らしの税教室「高齢者と年金の税のお話」	6/29(火) 13:30～15:00	18歳以上30人	無料
東部市民センター	7	シニア向け!スマートフォン教室(基本編・応用編)	6/2(水)・9(水) 10:00～12:00	60歳以上10人	無料
	8	手軽に楽しむ苔玉作り体験!	6/18(金) 10:00～12:00	18歳以上10人	無料
大野市民センター	9	ソフト整体で健やかな体に	6/1～22の火曜日13:00～15:00	18歳以上10人	無料
	10	有酸素運動&ストレッチ～一緒に脳も活性化～	6/3(木)・10(木) 13:00～15:00	18歳以上15人	無料
	11	霊峰岩木山への祈り	6/17(木) 13:00～15:00	18歳以上20人	無料
戸山市民センター	12	簡単楽しい「切り絵」で手と頭のトレーニング	6/1(火) 10:00～12:00	18歳以上20人	500円
	13	ゆかた着付け教室～自分で着付けて夏祭りへGo!～	6/5(土) 10:00～12:00	高校生以上15人	無料
	14	知って得する肩こり腰痛体操～姿勢と健康講座～	6/9(水) 10:00～12:00	18歳以上20人	無料
	15	子育て応援!親子の絆を深めるベビーマッサージ教室	6/12～26の土曜日10:00～12:00	生後1か月～ハイハイ前までの赤ちゃんと保護者8組	500円
西部市民センター	16	親子で歌って音あそび♪～夏～	6/3(木)・10(木) 10:00～11:00	1～4歳の子どもと保護者10組	無料
	17	親子で災害時の備えを学ぶ	6/13(日) 10:00～12:00	小学生と保護者10組	無料
	18	ヤゴの羽化を観察してみよう	6/19(土)・26(土) 10:00～12:00	10人	無料

## キッズスクール 開催場所:中央市民センター 対象:市内在住の小学生 応募者多数抽選/少数中止/受講キャンセルは開始1週間前まで

番号	講座名	開催日時	対象/人員	料金
1	スポーツ鬼ごっこ「戦術で勝利をつかめ!進化した本気の遊び『スポーツ鬼ごっこ』」	6/5(土) 10:00～12:00	1～6年生20人	無料
2	親子クッキング「親子で萌え断ランチ『クラブハウスサンド&フルーツサンド』」	6/5(土) 10:00～12:00	3～6年生と保護者10組	1人600円
3	日本舞踊「やまとなでしこへの道『基礎から学ぶ～やさしい日本舞踊～』」	6/5～26の土曜日13:00～15:00	1～3年生10人	無料
4	英語「国際交流員ジョシュア先生と学ぶ『2週続きで身につけるキッズ英語』」	6/6(日)・13(日) 10:00～12:00	3～6年生20人	無料
5	ロボットプログラミング『『光る・鳴る・動く』ロボットをパソコンからの指令で動かそう!』	6/12(土) 13:00～15:00	4～6年生9人	無料
6	サイエンス「化学のチカラを使って『光ったり、じしゃくで動くスライムを作ろう!』」	6/13(日) 13:00～15:00	1～6年生30人	無料
7	スポーツチャンバラ「勇者大募集!スポーツチャンバラで勝負をしよう!」	6/26(土) 13:00～15:00	1～6年生15人	無料
8	国際交流「Let's Cooking」 「アメリカで人気のおすし『カリフォルニアロール作り』&アメリカを学べる『カードゲーム』をしよう!」	6/27(日) 10:00～12:00	3～6年生10人	350円

[申込方法] 5/17(月)必着で、必要事項を記入の上、下記の方法でお申込みください。※5/24(月)から結果通知

●申込用紙(キッズスクールはなし/各市民センター・勤労青少年ホーム・浪岡中央公民館に備付け。市ホームページ掲載)

●往復はがき(1講座1枚) ●FAX ●Eメール(件名「〇〇スクール申込」)

[必要事項] ①住所 ②氏名(ふりがな) ③年齢(学年) ④性別 ⑤電話番号

⑥講座番号・講座名 ⑦学校名(キッズスクールのみ)

[申込み先] 〒030-0813 松原一丁目6-15 中央市民センター ☎017-775-7048、✉center-koza@city.aomori.aomori.jp

[問合せ先] 中央市民センター ☎017-734-0164

## スポーツ教室 申込みは各会場への来館のみ ★詳細はスポーツネット青森ホームページ(<http://miz-ss.com/sportsnet-aomori/top/>)

教室名	開催日時	対象/人員	料金	申込み(申込順)
●カクヒログループスタジアム ☎017-743-3361				
親子キッズピクス教室	6/3～7/1の木曜日(全5回) 10:00～11:30	2～4歳と保護者10組	2,000円※子ども1人追加毎500円	5/10(月)～
●市民室内プール ☎017-743-3440				
第36回マスターズ水泳記録会	6/27(日) 8:00～(開館・受付8:00～)	18歳以上100人	800円	5/3(月)～9(日) 10:00～19:00

## 青森競輪日程(5月前半) 青森競輪場(☎017-787-2020)

※は安方前売SCでのみ発売

名古屋(FI)場外	1日(土)～3日(月)	弥彦(FI)場外	7日(金)～9日(日)
函館ナイター(FI)場外※	1日(土)～3日(月)	青森ナイター(FI)	10日(月)～12日(水)
【京王閣】日本選手権(GI)場外	4日(火)～9日(日)	京都向日町(FI)場外	10日(月)～12日(水)
玉野ナイター(FI)場外	4日(火)～6日(木)	車券発売状況についてはお問合せください。	

競輪は適度に楽しみましょう。車券の購入は20歳になってから。

青森競輪場イメージキャラクター 葵 萌輪

