

モヤヒルズ からのお知らせ

所 摩ヤヒルズ (☎017-764-1110、🌐http://www.moyahills.jp/)

ボードースナイト開催!

通常のナイター営業終了後にスノーボードのみを対象とした深夜営業を行います!ぜひお越しください!

時 2月25日(土) 21:00~24:00

料 前売券1,800円(当日券2,300円)※シーズン券を持
参のかたは無料 [前売券販売場所]モヤヒルズ、
サンロード青森サービスカウンター



青森市長杯モヤヒルズ スキー大会参加者募集!

種目…ジャイアントスラローム競技(GS)

時 3月5日(日)

受付10:00~、開会式11:30~

料 大人(中学生以上)2,000円、子供(小学生)1,500円 ※フェスティバルチケット、シーズン券持参者は1,000円

申 3月4日(土)17:00までに、ヒルズクラブ1階フロントへ

お知らせ・募集案内

春一番お楽しみキャンペーン に応募しよう!!	3/1(水)~30(木)に、「道の駅」ゆ〜さ浅虫 お土産コーナー・市場でのご利用料金3,000円以上のレシートで、抽選で10人に「ゆ〜さ浅虫詰め合わせセット」が当たります!※応募用紙は各レジに備付け 🌐「道の駅」浅虫温泉ゆ〜さ浅虫 (☎017-737-5151)
生涯学習活動団体・サークル や指導者の情報を募集	お互いに教え学び合う環境づくりのため、団体・サークルや指導者の情報を募集しています。それぞれの情報は、市ホームページでご確認ください。詳細についてはお問合せください。 🌐文化学習活動推進課 (☎017-718-1376)



詳しくはこちら▶

イベント

イベント名	日時・場所・内容	対象・人員	料金・備考	申込み・問合せ
大人のための朗読会 「被災地を思う朗読会 〜3.11東日本大震災に 思いを寄せて〜」	3/4(土) 14:30~16:00/市民図書館8階 会議室2/言葉のちから・声のあかりプロ ジェクトチームによる朗読	中学生以上 15人	—	2/15(水)~3/3(金)12:00まで に、市民図書館 (☎017-776- 2455) へ
アフタヌーン・コンサート	3/18(土) 14:00~15:30/中世の館/「ピ アノ&津軽三味線コンサート with 二胡」出演 …佐藤晶さん(津軽三味線)、今井洋美さん (ピアノ)、ゲスト出演…近藤美鈴さん・高屋 博子さん(二胡演奏者) ※新型コロナウイルス感染症拡大防止対策に ご協力をお願いします。なお、休憩時の飲み 物提供は中止します。	—	200円 (高校生以下 無料)	中世の館 (☎0172-62-1020)

チャレンジ! パソコン講座

所 中央市民センター (☎017-734-0164) 〒030-0813 松原一丁目6-15

番号	講座名	内 容	開 催 日 時
Word&Excel操作が初めてのかた向けの講座			
A45	Wordの基礎を覚えよう	文字の装飾やレイアウト等の基本を学びながら簡単なご案内文書を作成	3/9(木)・10(金) 10:00~12:00
A46	Excelの基本的な文書作成	Excelの編集操作(文字の装飾・レイアウトなど)を学習し、簡単な日誌やカレンダー等を作成	3/11(土) 10:00~15:00(昼休みあり)
文字入力のできるかた向けの講座(応用)			
A47	住所録活用を楽しもう	WordやExcelの住所録を活用して宛名ラベル・はがき宛名等を作成する方法を学習	3/18(土) 10:00~15:00(昼休みあり)
A48	パソコンすっきり整理術	パソコンのメンテナンスやファイル・フォルダの管理、外部記憶装置などへの保存方法を学習	3/23(木)・24(金) 10:00~12:00
A49	デジカメ・スマホの写真編集&活用術	デジカメ・スマホで撮影した写真をパソコンに保存・整理し、Wordや画像編集ソフトで編集・活用方法を学ぶ。※デジカメ一式・スマホ持参(デジカメのみ貸出あり。申込時に希望の有無を明記)	3/25(土) 10:00~15:00(昼休みあり)

🌐入料18歳以上/各10人(いずれも抽選※申込者少数時中止あり)/各1,500円

🌐往復はがき(1講座に1枚)の往信用の裏面に、住所・氏名・年齢・電話番号・講座番号・講座名を、返信用の表面に住所・氏名を記入し、中央市民センターへ(2/22(水)必着)※抽選結果は3/1(水)以降に通知。

🌐OSはWindows10、ソフトはoffice 2019を使用。共催:NP0法人IT支援ネットあおもり

①記載のものは申込順（一部除く） ②ほかは当日直接会場へ ③記載のないものは無料
 ※掲載の内容は、1月20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。

国際交流員異文化理解講座

社会問題を描写する番組「What Would You Do ?」
 を見てアメリカの社会問題を勉強しよう！

2008年から続く、一般のアメリカ人がある
 状況に対してどう反応するかを観察するテ
 レビ番組「What Would You Do ?
 (あなただったらどうする?)」
 を見て、英語を学びながら
 アメリカの社会問題への
 理解を深めよう！



青森市国際交流員 ベンジャミン・バルガス



④ 3月4日(土) 10:00~11:30

⑤ 所 青函連絡船メモリアルシップ八甲田丸
 大ホール

⑥ ⑦ ⑧ ⑨ ⑩ ⑪ ⑫ ⑬ ⑭ ⑮ ⑯ ⑰ ⑱ ⑲ ⑳ ㉑ ㉒ ㉓ ㉔ ㉕ ㉖ ㉗ ㉘ ㉙ ㉚ ㉛ ㉜ ㉝ ㉞ ㉟ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺ ㊻ ㊼ ㊽ ㊾ ㊿

① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ ⑩ ⑪ ⑫ ⑬ ⑭ ⑮ ⑯ ⑰ ⑱ ⑲ ⑳ ㉑ ㉒ ㉓ ㉔ ㉕ ㉖ ㉗ ㉘ ㉙ ㉚ ㉛ ㉜ ㉝ ㉞ ㉟ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺ ㊻ ㊼ ㊽ ㊾ ㊿

冬芽観察会～入門編

～ 梵珠山の樹木を冬芽で見分けよう～

④ 3月11日(土)

9:50 県立自然ふれあいセンター正面玄関前
 集合→12:00 終了予定

⑥ ⑦ ⑧ ⑨ ⑩ ⑪ ⑫ ⑬ ⑭ ⑮ ⑯ ⑰ ⑱ ⑲ ⑳ ㉑ ㉒ ㉓ ㉔ ㉕ ㉖ ㉗ ㉘ ㉙ ㉚ ㉛ ㉜ ㉝ ㉞ ㉟ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺ ㊻ ㊼ ㊽ ㊾ ㊿

① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ ⑩ ⑪ ⑫ ⑬ ⑭ ⑮ ⑯ ⑰ ⑱ ⑲ ⑳ ㉑ ㉒ ㉓ ㉔ ㉕ ㉖ ㉗ ㉘ ㉙ ㉚ ㉛ ㉜ ㉝ ㉞ ㉟ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺ ㊻ ㊼ ㊽ ㊾ ㊿



① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ ⑩ ⑪ ⑫ ⑬ ⑭ ⑮ ⑯ ⑰ ⑱ ⑲ ⑳ ㉑ ㉒ ㉓ ㉔ ㉕ ㉖ ㉗ ㉘ ㉙ ㉚ ㉛ ㉜ ㉝ ㉞ ㉟ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺ ㊻ ㊼ ㊽ ㊾ ㊿

※申込後の連絡はありませんので、当日直接集
 合場所へお越しください

スポーツ教室

申込みは会場への来館のみ ★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)
●みちぎんどリームスタジアム ☎017-765-6200				
カーリング実技指導	3/14(火) 13:00~15:00	小学4年生以上10人	個人使用料	2/16(木)~3/9(木)

自分で作ってみよう！ 味噌づくり体験

ふれあい農園加工体験講座 「味噌づくり」

④ 3月4日(土)・5日(日) 各日10:00~12:00

⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ ⑩ ⑪ ⑫ ⑬ ⑭ ⑮ ⑯ ⑰ ⑱ ⑲ ⑳ ㉑ ㉒ ㉓ ㉔ ㉕ ㉖ ㉗ ㉘ ㉙ ㉚ ㉛ ㉜ ㉝ ㉞ ㉟ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺ ㊻ ㊼ ㊽ ㊾ ㊿

① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ ⑩ ⑪ ⑫ ⑬ ⑭ ⑮ ⑯ ⑰ ⑱ ⑲ ⑳ ㉑ ㉒ ㉓ ㉔ ㉕ ㉖ ㉗ ㉘ ㉙ ㉚ ㉛ ㉜ ㉝ ㉞ ㉟ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺ ㊻ ㊼ ㊽ ㊾ ㊿

① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ ⑩ ⑪ ⑫ ⑬ ⑭ ⑮ ⑯ ⑰ ⑱ ⑲ ⑳ ㉑ ㉒ ㉓ ㉔ ㉕ ㉖ ㉗ ㉘ ㉙ ㉚ ㉛ ㉜ ㉝ ㉞ ㉟ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺ ㊻ ㊼ ㊽ ㊾ ㊿

① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ ⑩ ⑪ ⑫ ⑬ ⑭ ⑮ ⑯ ⑰ ⑱ ⑲ ⑳ ㉑ ㉒ ㉓ ㉔ ㉕ ㉖ ㉗ ㉘ ㉙ ㉚ ㉛ ㉜ ㉝ ㉞ ㉟ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺ ㊻ ㊼ ㊽ ㊾ ㊿

《広告》

青森県立保健大学

暮らし・生活に役立つ教室動画を無料配信中

日々の暮らしや生活に役立つ「ヒント」として、色々なテーマの講話と
 気軽に行える方法の紹介を行っています。

園芸・農作業をいかした運動
 知らぬ間に立ち方が変わるとは？ など随時更新

アクセス方法: 大学HPのバナー (<https://www.auhw.ac.jp/>) もしくは [こちら](#)

【問合せ】青森県立保健大学 研究代表: 漆畑俊哉
 ☎ 017-765-2090 (直通)

この取り組みは学内プロジェクト型研究(ヘルスプロモーション戦略研究・開発プログラム)の一環で実施しています。

