

# Aomori Workation NAMIOKA [くらし・余暇編]

No.1



※写真はイメージです

## 雪かき体験

講師1	事務局
講師2	

概要	雪かき＝有酸素運動であることを認識いただけます。		
時期 or 日時	随時（所要時間:体力の続く限り）	最小催行人数	1名
場所 or エリア	体験施設周辺	申込先	事務局
参加費用等	無料		

### 【体験内容】

- ・体験施設周辺に積もった雪を片付けて気分をリフレッシュできます。適度に運動した後は、近隣の温泉で汗と疲れを片付けましょう。雪量次第でかまくらも作れます。



# Aomori Workation NAMIOKA [くらし・余暇編]

No.2



## 起業・創業相談体験

講師1	専任コーディネーター
講師2	

概要	AOMORI STARTUP CENTERで、インキュベーションマネージャー等に相談できます。		
時期 or 日時	要相談	最小催行人数	1名
場所 or エリア	AOMORI STARTUP CENTER	申込先	事務局
参加費用等	無料		

### 【体験内容】

- ・移住後の起業・創業や、副業、ビジネス展開に関するアドバイスをいただけます。オフィス、サテライトオフィス設置に関する相談や、体験も可能です。

# Aomori Workation NAMIOKA [くらし・余暇編]

No.3



## 住宅視察 & 買い物体験

講師1 事務局

講師2

概要

空き家の見学や、地元スーパーでの買い物など体験できます。

時期 or 日時

要相談

最小催行人数

1人

場所 or エリア

青森市浪岡地区

申込先

事務局

参加費用等

案内は無料



# Aomori Workation NAMIOKA [くらし・余暇編]

No.4



※写真は山道です

## 雪道運転体験

講師1

青森モータースクール指導員

講師2

概要

自動車教習所内で雪道運転を体験できます。

時期 or 日時

要相談 (所要時間:1時間以内)

最小催行人数

1人

場所 or エリア

青森モータースクール

申込先

事務局

参加費用等

1,000円/人

### 【体験内容】

・安全な教習所コースで指導員のアドバイスを受けながら、雪道でのアクセル・ブレーキワークなど運転操作を体験できます。

# Aomori Workation NAMIOKA [くらし・余暇編]

No.5



## 雪上散歩体験

講師1	事務局ほか
講師2	

概要 滑りにくいスキーを使って、雪上を散策できます。

時期 or 日時	随時 (所要時間:2時間~半日)	最小催行人数	1人
----------	------------------	--------	----

場所 or エリア	青森市内	申込先	事務局
-----------	------	-----	-----

参加費用等	協議会負担
-------	-------

### 【体験内容】

・雪原をスキーで散策しながら、肌で青森の冬を体験いただけます。防寒具、汗対策、水分は各自でご用意願います。  
 (お子様向けメニューとして、浪岡地区スキー場でのチューブそり体験、犬と一緒に雪上散歩体験をご用意しております。)



# Aomori Workation NAMIOKA [くらし・余暇編]

No.6



## 温泉三昧

講師1	事務局
講師2	

概要 朝湯から名湯、秘湯、珍湯まで、どの湯に行くかは あなた次第い…

時期 or 日時	随時 (所要時間:2時間~半日)	最小催行人数	1名
----------	------------------	--------	----

場所 or エリア	青森市浪岡地区及び周辺	申込先	事務局
-----------	-------------	-----	-----

参加費用等	無料
-------	----

【特徴】 中津軽・八甲田エリアには、名湯・秘湯も多数ありますので、温泉とセットで楽しむこともできます。

# Aomori Workation NAMIOKA [くらし・余暇編]

No.7



## 中世の歴史を学ぶ

講師1 事務局

講師2

概要

中世の館などを巡り、浪岡の歴史を紐解きます

時期 or 日時

随時（所要時間2～3時間）

最小催行人数

1名

場所 or エリア

中世の館

申込先

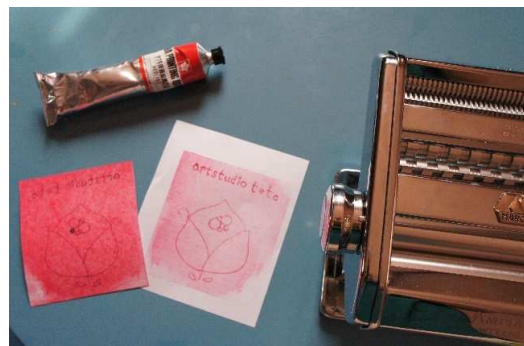
事務局

参加費用等

無料

# Aomori Workation NAMIOKA [くらし・余暇編]

No.8



## 版画体験

講師1 artstudio tete

講師2

概要

木版画、銅版画、紙版画のいずれかを体験します(写真は紙版画)

時期 or 日時

要相談（所要時間:1時間）

最小催行人数

1人

場所 or エリア

体験施設又はartstudio tete

申込先

事務局

参加費用等

協議会負担

◆棟方志功、関野準一郎、今純三など多くの作家を輩出している青森市は「版画の街」でもあり、版画が義務教育課程のカリキュラムにも多く取り入れられてきました。

体験では、木版画・銅版画・紙版画のいずれかが体験できます。

特に木版画では、一版多色刷り、多版多色刷りのほか、棟方志功の技法を真似て裏彩色を行うなど、作業のバリエーションも豊富です。



# Aomori Workation NAMIOKA [くらし・余暇編]

No.9



## ハーバリウム製作体験

講師1 artstudio tete

講師2

概要 小瓶の作品を製作し、お持ち帰りいただけます

時期 or 日時 要相談 (所要時間:2時間)

最小催行人数 1人

場所 or エリア 体験施設又はartstudio tete

申込先 事務局

参加費用等 協議会負担

◆もとは植物標本のことを指しますが、現代では観賞用インテリアとして親しまれています。  
小瓶に、青森の砂や貝殻、特産品をモチーフにしたレジンなどと一緒にドライフラワーや専用のオイルを入れてハーバリウムを製作します。



# Aomori Workation NAMIOKA [くらし・余暇編]

No.10



## 和紙のランプシェードづくり体験

講師

artstudio tete

概要 紙紐と和紙で幻想的なランプシェードができます

時期 or 日時 要相談 (所要時間:2時間)

最小催行人数 1人

場所 or エリア 体験施設内

申込先 事務局

参加費用等 協議会負担





## 透明スライムづくり体験

講師

artstudio tete

概要

みよ〜んと伸びるスライムを作ってみましょう

時期 or 日時

要相談（所要時間：30分～1時間）

最小催行人数

1人

場所 or エリア

体験施設内

申込先

事務局

参加費用等

協議会負担