

水天子



# よこちゃん

横内市民センターだより

発行 青森市横内市民センター  
〒030-0132 青森市横内字亀井 28-2  
TEL 017-738-8723  
FAX 017-738-8726



## 館長のあいさつ

横内市民センターの平岡です。  
横内市民センターにうれしいニュースがあります。  
2階の大きな和室にエアコンが設置されました。  
また、64枚の畳も表替えが行われました。  
新型コロナの影響がまだ続きそうですが、  
利用者の皆さんがより快適に過ごしていただけますよう  
職員一同頑張ります。



## 講座レポート

### 始めよう！ボランティア！！どんなのがあるの？活動ってどうやるの？ (6/1)

社会の役に立ちたい、自己啓発や自らの成長のためにと、ボランティア活動に世代を超えて多くの  
方が取り組むようになってきています。

ボランティア活動をしたい人とボランティアを必要としている人をつなぐ役目の青森市ボラン  
ティアセンターを開設している青森市社会福祉協議会相談支援員の戸賀沢大瑛さんを講師に、1組の親子  
を含む男女10名が参加して講座が開催されました。

はじめに参加者は、地域に密着した様々な地域福祉を推進している青森市社会福祉協議会の取組の  
紹介を聞いた後、具体的なボランティア活動の様子を紹介したDVDを視聴しました。続いて、ボラ  
ンティアの基本は、自発性、無償性、公益性、創造性であり、ボランティア活動は、それぞれの関心、  
技術、状況、生活条件、活動を行う時間、場所、頻度、回数、方法などで、様々な参加形態が考えら  
れ、自分に合った活動を行うことでの解説がありました。また、ボランティアのマナー、青森市  
ボランティアポイント制度についてのお話もありました。

最後に、こんなボランティアもありますということで、使用済み  
切手、プルタブ、ペットボトルキャップ、書き損じはがき等の収集  
ボランティアの紹介がありました。参加者の一人からは、「ボラン  
ティアというとハードルが高かったけれど、収集もボランティアに  
なると聞いて身近に感じられた」という感想がありました。



【ボランティア活動紹介のDVDを視聴する参加者】



## オススメ講座のご案内！ (7月・8月)

### ○歴史講座「青森タイムトラベル横内」○

開催日：令和4年7月29日（金）  
開催時間：10：00～12：00  
会場：2階大会議室  
定員：25名（18歳以上）  
参加費：無料  
準備物：筆記用具・飲み物  
※申込日：7/14（木）10時～電話または来館



### ○夏休み子供教室「けん玉遊び」○

開催日：令和4年8月11日（木）  
開催時間：10：00～12：00  
会場：2階和室  
定員：15名（小学生）  
参加費：無料  
準備物：けん玉〈貸出可〉・飲み物  
※申込日：7/28（木）10時～電話または来館



# 横内市民センターが、本年度、市民の皆様に提供する主な講座です！

<7月～11月末の開催予定を掲載しています。>

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	初めての絵手紙～夏の便りは絵手紙で～	7/5,12	火	13:00～15:00	12人	18歳以上	1,000円
2	教えて！「介護保険制度で利用できるサービス」	7/8	金	10:00～12:00	20人	18歳以上	無料
3	親子でクッキング ランチ編(親子の食育教室)	7/9	土	10:00～13:00	12人	小学生と保護者 6組	1組1,000円
4	エコクラフト 保冷剤を使って芳香剤作り	7/16	土	10:00～12:00	12人	小学生	無料
5	「ごみの話」ごみの分別・減量化・資源化	7/19	火	10:00～12:00	25人	18歳以上	無料
6	写経を体験をしてみませんか？	7/22	金	10:00～12:00	20人	18歳以上	無料
7	夏休み 小学生 初めての極真空手	7/23	土	10:00～12:00	15人	小学生	無料
8	出前！ワ・ラッセ工房「ミニ金魚ねぶた作り」	7/24	日	10:00～12:00	20人	小学生以上	1,200円
9	ロコモ予防体操でいきいきエンジョイ	7/25	月	10:00～12:00	15人	18歳以上	無料
10	歴史講座「青森タイムトラベル 横内」	7/29	金	10:00～12:00	25人	18歳以上	無料
11	夏休みエネルギー教室 電気工作にチャレンジ	7/31	日	10:00～12:00	14人	小学生	無料
12	夏休み子ども映画教室	8/1	月	10:00～11:00	20人	幼児以上	無料
13	夏休み子供教室 けん玉遊び	8/11	木	10:00～12:00	15人	小学生	無料
14	ロコモ予防体操でいきいきエンジョイ	8/22	月	10:00～12:00	15人	18歳以上	無料
15	お菓子作り教室～ ポーリッシュスコーン	8/27	土	10:00～13:00	12人	18歳以上	2,000円
16	藍の生葉の染め物教室(絹ストール大判)	9/4	日	10:00～13:00	12人	18歳以上	2,000円
17	ヨーガでリラックス～ストレス解消	9/6,13,20	火	10:00～11:30	10人	55歳以上	無料
18	大人のけん玉遊び(講義を含む)	9/9	金	10:00～12:00	15人	18歳以上	無料
19	環境講座 (グリーンカーテン)ゴーヤを使った料理教室	9/10	土	10:00～13:00	12人	18歳以上	無料
20	安心・安全なまちづくりを目指して～横内地区合同防災訓練	9/24	土	10:00～12:00	100人	地域住民	無料
21	国際交流員ふるさとの話 ～台湾の名勝めぐり	9/27	火	10:00～12:00	20人	18歳以上	無料
22	あおり街へ 歴史と文化コース	9/30	金	9:30～12:30	10人	18歳以上	無料
23	青森の近代文学(第2弾)	10/17	月	10:00～12:00	20人	18歳以上	無料
24	ロコモ予防体操でいきいきエンジョイ	10/24	月	10:00～12:00	15人	18歳以上	無料
25	横内市民センターまつり	11/5,6	土・日	9:30～15:00		地域住民	無料
26	青森市内にある文化財について	11/8	火	10:00～11:30	25人	18歳以上	無料
27	子どもから大人まで～ニュースポーツ「ラダーゲッター・O×ゲーム」	11/12	土	10:00～12:00	30人	小学生から大人まで	無料
28	手芸教室 こぎんでサコッシュ作り(中級者向け)	11/15,22,29	火	10:00～12:00	15人	18歳以上	未定
29	料理教室「銀杏と貝柱のごはん、お吸い物他1品」	11/19	土	10:00～13:00	9人	18歳以上	1,000円
30	ロコモ予防体操でいきいきエンジョイ	11/21	月	10:00～12:00	15人	18歳以上	無料
31	漬け物教室「聖護院大根の千枚漬け」	11/26	土	10:00～13:00	12人	18歳以上	未定
32	お菓子作り教室「パンブキンプリン」	11/27	日	10:00～13:00	12人	18歳以上	2000円
33	横内地区のふしぎ発見！～横内地区の神社仏閣探訪～第2弾	未定		9:30～12:30	15人	一般	無料



今年も多くの方々に受講していただくために、安全・安心を図りながら、学びがいのある講座をたくさん設けました。コロナ禍のため講座の開催が変更になる場合もありますので、受講希望の際は、横内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)  
横内市民センター担当：須藤、横内