

# 令和6年度 戸山 市民センター 講座開催情報

10月 ~ 1月

応募開始日などの、詳しいことは職員にお問合せください。戸山市民センター(017-743-0720)

開催月	講座名	開催日 (初日)	曜日	学習時間	講師	対象と 募集人数	材料費等	準備物	備考
10月	青森市の歴史を知ろう～戸山地区～	10/3	木	10:00～12:00	青森市民図書館歴史資料室 室長 工藤 大輔	一般 20人	無料	筆記用具、水分補給用飲料	
10月	多世代で楽しめるラダーゲッターとペタンク	10/6	日	10:00～12:00	青森市レクリエーション協会 会長 塩谷 彰宏	小学生～大人 30人	無料	動きやすい服装、内履きの運動靴、水分補給用飲料	2回シリーズ 10/6,13
10月	ホッとティータイム♪県産食材カシスのジャム&Tea	10/8	火	10:00～13:00	夢工房 棟方 芳子・山口 雪江	一般 12人	1,000円	エプロン、三角巾、ふきん1枚	
10月	からだバー®で身体の変化を体感しよう	10/11	金	10:00～12:00	日本からだワーク協会 港 智絵	一般 15人	無料	動きやすい服装、水分補給用飲料、ヨガマット	3回シリーズ 10/11,18,25
10月	楽しく学ぶ英会話！初心者大歓迎！！	10/22	火	10:00～12:00	青森市国際交流協会 斎藤 誠子	一般 15人	無料	筆記用具、水分補給用飲料	5回シリーズ 10/22,29,11/5,12,19
11月	センターまつり	11/2	土	9:30～15:00	センターまつり実行委員会	一般			催事
11月	ペン字講座～くせ字から美文字へ～	11/8	金	10:00～12:00	書道振興水荃書道会 間山 陵行	一般 20人	1,000円	筆記用具	4回シリーズ 11/8,15,22,29
11月	フランス伝統工芸厚紙細工～小物置きトレイ作り～	11/27	水	10:00～12:00	カルトナージュ協会ジャパン 認定講師 相澤 貴子	一般 10人	1,000円	裁ちばさみ、持ち帰り用の袋	
12月	リボンを使ってリズム体操をしよう	12/1	日	10:00～12:00	健康運動実践指導者 廣瀬 萌恵	小学生 15人	無料	運動しやすい服装、水分補給用飲料、内履きの運動靴	2回シリーズ 12/1,8
12月	冬の郷土料理「鮭の飯ずし風漬物」	12/7	土	10:00～13:00	夢工房 棟方 芳子・山口 雪江	一般 12人	1,000円	エプロン、三角巾、ふきん1枚	
12月	こどもの映写会(冬休み)①あしたぶたの日ぶたじかん②わらしべ長者	12/22	日	10:00～11:00	センター職員	小学生以下 20人	無料	なし	
1月	ボクシングを取り入れたフィットネスを体験	1/11	土	10:00～12:00	健康運動指導士 兼平 麻菜	一般 30人	無料	運動しやすい服装、水分補給用飲料、内履きの運動靴	2回シリーズ 1/11,18