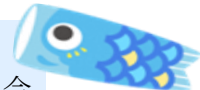


東部市民センターだより

発行/青森市東部市民センター
〒030-0921 青森市原別 3-8-1
TEL (017) 736-6255
FAX (017) 736-6259



5月募集受付の 主なセンター講座紹介

令和6年度の東部市民センター講座が5月からスタートします。今年度の61講座の内、今回は5月募集受付の主な講座をご紹介します。（*裏面講座一覽参照）

地域力アップは

健康をテーマに料理教室

地域の課題解決に向け取組む「地域力アップ講座」は、健康な食をテーマに4回コースで開催します。1・2回目は青森市食生活改善推進員会（会長 山谷詠子さん）を講師に、減塩料理とバランス料理教室を、3・4回目は、料理研究家千葉



食生活改善推進員会

活改善推進員会（会長 山谷詠子さん）を講師に、減塩料理とバランス料理教室を、3・4回目は、料理研究家千葉

能検査の内容や危険予測・安全運転についてお伝えします。是非ご参加を！

高齢者の交通事故防止へ 地元の教習所が講師に

セミナーは2回開催し、初回は青森中央自動車学校の大重講師を迎え「高齢者講習や認知機能検査の内容や危険予測・安全運転についてお伝えします。是非ご参加を！」



青森中央自動車学校の講師 大重さん



忘れていませんか 図書利用者カード更新

市民図書館の利用者カードの有効期限は3年です。カードの有効期限が過ぎている場合は、更新手続きが必要

です。小学生以上は学生証または免許証を、小学生未満は保護者の免許証等を持参の上、市民センターへ。



サークル紹介 ギターアンサンブル アンダンテ

今回は、令和3年に結成した「ギターアンサンブル・アンダンテ」を紹介いたします。クラシックギターの愛好家13人が集い毎週火曜日の午後活動を続けています。クラシックギターは、音楽のジャンルを問わない最も基本的なギターで、奏でる名曲として「禁じられた遊び」は人気の曲です。指導者で代表の八木さん(写真前列中央)は、「会員仲良く楽しく練習し、上達の喜びを感じ得られるのも楽しみの一つです。優しい指導がモットー。仲間になって合奏にチャレンジしてみませんか。」と話しています。問合せ八木さん(090-4636-3761)へ



の喜びを感じ得られるのも楽しみの一つです。優しい指導がモットー。仲間になって合奏にチャレンジしてみませんか。」と話しています。問合せ八木さん(090-4636-3761)へ
◀ギターアンサンブル・アンダンテの皆さん

春を告げる青森の味覚として有名な「野内川のシロウオ漁」は、毎年4月下旬から5月まで河川に築場(やなば)が設けられ網でシロウオをすくう光景は青森市の春の風物詩です。



春の味覚 野内川のシロウオ漁 今年も休漁！

しかし、近年漁獲高の激減や川底の状態も悪いことから、2年前から休漁とじていましたが、今年も休漁となりました。当組合のシロウオ部会長の斎藤さんは「休漁はとても残念。川底の状態も悪いため、関係機関に働きかけながら、青森市の春の伝統行事シロウオ漁の再開を目指したい！」と話していました。来年こそは「踊り食い」が出来ることを楽しみにしたいものです。

募集!

センター講座 5月受付ご案内



◆募集受付日の午前9時から先着順(*窓口優先)で受付します。センターの窓口または電話(736-6255)でお申込みください。
ただし、受講料のある講座は、センター窓口のみの受付となります。受講料ご持参のうえお申込みください。

No	講座・事業名	開催日	時間	人員・対象	受講料(円)	講師	受付
4	季節を歌う① 白岩先生の「うたごえ教室」	5/27(月)	10:00~ 12:00	15人 18歳~	無料	青森大学ソフトウェア情報学部 教授 白岩 貢	5/7
5	東部キッズスクール ジャズダンスを楽しもう!	4回 6/2.9.23.30(日)	10:30~ 12:30	10人 小学高	無料	キッズダンスインストラクター 相馬 かほる	5/12
6	〈地域力アップ〉野菜を食べよう! 食生活改善推進委員会の「減塩料理」	6/5(水)	10:00~ 12:30	12人 18歳~	800	青森市食生活改善推進委員会	5/15
7	中央自動車学校が教える ~シニア・セーフティドライブ講習~	6/5(水)	10:30~ 12:00	15人 60歳~	無料	青森中央自動車学校	5/16
8	バレリーナになった気分でストレッチ	3回 6/8.15.22(土)	10:00~ 12:00	15人 18歳~	無料	エムズカンパニー 新貝 真紀子	5/18
9	お金の教養講座① いまさら聞けない「相続の基本」	6/10(月)	10:00~ 11:30	20人 18歳~	無料	R&C(株)青森支店	5/20
10	異常気象と温暖化を知る	6/11(火)	10:00~ 12:00	20人 18歳~	無料	青森県気象予報士会 岡前憲秀気象予報士	5/21
11	初心者のシニアスマホ教室①	2回 6/11(火)、12(水)	10:00~ 12:00	10人 60歳~	無料	ソフトバンク青森中央店	5/28
12	代謝アップ講座 ~体幹トレーニングとストレッチを学ぶ~	3回 6/11.18.25(火)	19:00~ 20:30	15人 18歳~	無料	JWI認定インストラクター 山口 京	5/23
13	季節を歌う② 木村先生の「うたごえ教室」	6/12(水)	10:00~ 12:00	15人 18歳~	無料	青森明の星短期大学 音楽アドバイザー 木村 博子	5/24
14	お金の教養講座② いまさら聞けない「資産形成の基本」	6/14(金)	10:00~ 11:30	20人 18歳~	無料	R&C(株)青森支店	5/20
15	PPバンドでかご作り	3回 6/15.22.29(土)	9:30~1 2:30	6人 18歳~	1,500	キッチンサークル・リアン	5/25
16	緑のカーテンで温暖化対策 ~ゴーヤを育ててみよう!~	6/19(水)	10:00~ 12:00	20人 18歳~	無料	青森市ストップ温暖化センター	5/29

5月のロビー展

- ◆ ~ 5/12(日)
「戦後復興の映画ポスター展」
- ◆ 5/13(月) ~ 6/2(日)
キッチンサークル・リアンの「PP バンドかご作品展」



リアンのメンバーを講師に「PPバンドでかごづくり」講座を開催します。上記講座一覧 No15 をご覧ください。参加をお待ちします!



東部地区のコンビニ様のご協力をいただき店内に「センターだより」を設置いたしました。
・ローソン青森原別店
・ファミリーマート青森八重田二丁目店

センターだより
「ロビー」でお求めいただけます



ローソン青森原別店