

市民センターの講座

申込みは各開催場所へ(申込順・一部抽選) / 少数中止 / 受講キャンセルは開始1週間前まで

講座名	開催日時	対象/人員	料金	申込方法
●東部市民センター ☎017-736-6255				
楽しく仲間づくり健康づくりレクダンス【後期】	11/18~12/2の金曜日13:00~15:00	18歳以上10人	無料	11/10(木)9:00~来館・電話
健康的な体を保ちながら ~①「相続」と②「保険」を考えよう~	①11/21(月)②11/22(火) 10:00~11:30	18歳以上10人	無料	11/7(月)9:00~来館・電話
「シニア向けスマートフォン教室」~活用コース・ インターネットとアプリを学ぶ~	11/25(金) 10:00~12:00	60歳以上10人	無料	11/11(金)9:00~来館・電話
シリーズ「千葉伸子先生のクッキング」~⑤ブルー ベリーのチーズケーキ作り~	12/3(土) 10:00~13:00	18歳以上の女性 12人	1,300円	11/19(土)9:00~料金持 参で来館
こころと身体の健康講座	12/7(水) 10:00~12:00	18歳以上20人	無料	11/16(水)9:00~来館・電話
東部キッズスクール「X'masバルーンアート教室」	12/10・17の土曜日10:00~12:00	小・中学生16人	500円	11/12(土)9:00~料金持参で来館
東部キッズスクール キャスリーン&キラ先生の 「わくわく英会話⑦」	12/11(日) 10:00~11:30	小学生20人	無料	11/19(土)9:00~来館・電話
●大野市民センター ☎017-739-6228				
しめ飾りで作るお正月リース	12/1(木) 10:00~12:00	18歳以上15人	1,500円	11/1(火)9:00~電話・来館
飾り結びを学びましょう	12/15(木) 10:00~12:00	18歳以上15人	600円	11/1(火)9:00~電話・来館
●横内市民センター ☎017-738-8723				
手芸教室「こぎんでサコッシュ作り」(中級者向け)	11/15~29の火曜日10:00~12:00	18歳以上15人	1,500円	11/1(火)10:00~電話・来館
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	18歳以上9人	1,000円	11/4(金)10:00~電話・来館
ロコモ予防体操でいきいきエンジョイ	11/21(月) 10:00~12:00	18歳以上15人	無料	11/7(月)10:00~電話・来館
漬物教室「聖護院大根の千枚漬け」	11/26(土) 10:00~13:00	18歳以上12人	600円	11/11(金)10:00~電話・来館
お菓子作り教室「パンプキンタルト」	11/27(日) 10:00~13:00	18歳以上12人	2,000円	11/14(月)10:00~電話・来館
昔語りで心を豊かに	12/9(金) 10:00~12:00	18歳以上15人	無料	11/24(木)10:00~電話・来館
漬物教室「さけとキャベツの漬け物」	12/10(土) 10:00~13:00	18歳以上12人	800円	11/25(金)10:00~電話・来館
●戸山市民センター ☎017-743-0720				
【地域力アップ講座③】不調改善!美姿勢体操!!	11/24(木) 10:00~12:00	18歳以上10人	無料	11/1(火)10:00~電話・来館
膠原病とは何か!?を知り、健康づくりを目指す講座	12/1(木) 10:00~12:00	18歳以上20人	無料	11/10(木)10:00~電話・来館
●油川市民センター ☎017-788-1201				
【地域力アップ講座】新型コロナウイルス感染症とその感 染予防-感染力の強いオミクロン株もしっかり予防-	11/28(月) 13:00~15:00	18歳以上20人	無料	11/1(火)9:00~電話・来館
クリスマスの手作りディナー	12/7(水) 10:00~13:00	18歳以上13人	2,000円	11/2(水)9:00~電話・来館
●古川市民センター ☎017-776-8082				
知っておきたい相続税と確定申告	12/9(金) 10:00~12:00	18歳以上20人	無料	11/10(木)10:00~電話・来館
●荒川市民センター ☎017-739-2343				
ママ&ベビー・キッズフィットネス~産後のボ ディリカバリー~	11/15(火) 10:00~11:30	6か月~3歳と 保護者15組30人	無料	11/2(水)9:00~電話・来館
からだスッキリ!リフレッシュヨガ	11/25(金) 13:00~14:30	18歳以上20人	無料	11/11(金)9:00~電話・来館
手作りスイーツ教室~かぼちゃプリン~	11/26(土) 10:00~12:00	中学生以上12人	1,300円	11/14(月)9:00~電話・来館
伝統を結ぶ水引教室~慶事~	12/3(土) 10:00~12:00	中学生以上15人	600円	11/17(木)9:00~電話・来館
食命人が教える 手作りみそ&郷土料理~冬~	12/10(土) 10:00~13:00	中学生以上12人	1,000円	11/25(金)9:00~電話・来館
わら細工教室~手作りのお正月飾り~	12/11(日) 10:00~12:00	中学生以上20人	500円	11/28(月)9:00~電話・来館
●沖館市民センター ☎017-761-4161				
県産洋なしでタルトづくり	11/19(土) 10:00~13:00	18歳以上12人	2,000円	11/2(水)9:00~電話・来館
●西部市民センター ☎017-788-2491				
親子で作ろう!クリスマスケーキ	12/24(土) 10:00~13:00	小学生と保護者8組	2,600円	11/5(土)10:00~料金持参で来館
正月花で華やかな新年を迎えよう	12/27(火) 10:00~12:00	18歳以上10人	2,000円	11/6(日)10:00~料金持参で来館
●北部地区農村環境改善センター ☎017-754-2244				
自律神経を整える「リフレッシュヨガ」※お子さん連れ可	11/17・24の木曜日10:00~12:00	18歳以上の女性12人	無料	11/1(火)9:00~電話・来館
社会保障とこれからの生命保険	11/27(日) 10:00~12:00	50歳以上20人	無料	11/1(火)9:00~電話・来館
やさしい体操~身体のしくみを知って動かそう~	11/30~12/14の水曜日10:00~12:00	18歳以上12人	無料	11/1(火)9:00~電話・来館
梅ちゃん先生のお正月料理「鱈づくし」	12/3(土) 10:00~13:00	18歳以上12人 (抽選)	1,000円	11/1(火)~3(木)9:00~電話・来 館、11/5(土)9:00~抽選結果揭示
大浦為信の油川城攻略	12/9(金) 10:00~12:00	18歳以上20人	無料	11/10(木)9:00~電話・来館

掲載のものは申込順（一部除く）ほかは当日直接会場へ

※掲載の内容は、10月3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。

市民スクール 応募者多数抽選/少数中止/受講キャンセルは開始1週間前まで

開催場所	番号	講座名	開催日時	対象/人員	料金
中央市民センター	1	かんきょう講座～私たちの暮らしと地球温暖化～	12/6(火) 10:00～11:30	18歳以上30人	無料
	2	新型コロナウイルス感染症とその感染予防	12/6(火) 13:30～15:00	18歳以上30人	無料
	3	暮らしの税教室「医療費や保険と税のお話」	12/8(木) 13:30～15:00	18歳以上30人	無料
	4	和の伝統文化体験～紅白の和紙で作る祝い飾り・お年玉包み折型・水引教室～	12/10(土) 13:00～15:00	中学生以上15人	600円
	5	特殊詐欺に気をつけて！～最近起こっている手口について～	12/12(月) 13:30～15:00	18歳以上30人	無料
	6	造花でつくる自分だけのカラフルしめ飾り講座～世界に一つだけのしめ飾りをつくろう～	12/15(木) 10:00～12:00	18歳以上20人	2,000円
	7	親子でもOK！自分だけのクリスマスツリーでクリスマスを迎えよう！！	12/17(土) 13:00～15:00	小学生以上15人	1,700円
	8	初めてでもきれいにできます～晴れやかな新年を迎える生け花～	12/26(月) 10:00～12:00	18歳以上20人	2,500円
大野市民センター	9	健康体操&楽しく歌おう	12/20(火) 13:00～15:00	18歳以上20人	無料
戸山市民センター	10	バドミントン教室	12/7～28の水曜日 19:00～21:00	18歳以上20人	1,200円
西部市民センター	11	親子で歌って音あそび♪～クリスマス～	12/1・8の木曜日 10:00～11:00	1～4歳と保護者10組	無料
	12	免疫力アップ！ストレッチ&エクササイズ	12/6～20の火曜日 10:00～12:00	50歳以上30人	無料

キッズスクール 開催場所：中央市民センター 対象：市内在住の小学生 応募者多数抽選/少数中止/受講キャンセルは開始1週間前まで

番号	講座名	開催日時	対象/人員	料金
1	クラフト教室「ねんどみたいなロウで作る『クリスマスケーキのキャンドル』」	12/3(土) 13:00～15:00	1～6年生30人	600円
2	羊毛フェルト「羊毛でチクチク作ろう！『わたしのオリジナルクリスマスオーナメント』」	12/4(日) 10:00～12:00	3～6年生10人	500円
3	国際交流【ものづくり】「国際交流員ベン先生と一緒に『クリスマスブーツとツリーを作ろう！』」	12/4(日) 13:00～15:00	3～6年生15人	無料
4	クッキング「ホームパーティーを華やかに『見た目もすてきなクリスマスケーキ作り』」	12/10(土) 10:00～12:00	3～6年生15人	600円
5	ねぶた製作教室「『ねぶた師・龍宝先生に技術を学ぶ 本格的な金魚ねぶた』」	12/10(土)・11(日) 13:00～15:00	1～6年生20人 ※1・2年生は保護者同伴	1,500円
6	ロボットプログラミング「センサーを利用して自動運転に挑戦しよう！」	12/10(土) 13:00～15:00	4～6年生9人	無料
7	環境みなおし隊☆「アースレンジャーと一緒にエコな生活を考えよう！『森の香りがすてきなおどろ木を作ろう』」	12/17(土) 10:00～11:30	1～6年生30人	500円
8	パティシエ「デコレーションを楽しむ『オリジナルクリスマスケーキ』」	12/24(土) 10:00～13:00	3～6年生12人	1,200円
9	伝承遊び「津軽の伝統こま『ずぐりこままわし』と『昔遊び』を覚えて楽しいお正月を迎えよう！」	12/26(月) 13:00～14:30	1～6年生20人	無料
10	宿題サポート教室「大学生といっしょに！さっさとすませて楽しいお正月」	12/26(月)～28(水) 10:00～12:00	1～6年生20人	無料

[申込方法] 11/15(火)必着で、必要事項を記入の上、下記の方法でお申込みください。※11/22(火)から結果通知

- 申込用紙（市民スクールのみ/各市民センター・勤労青少年ホーム・浪岡中央公民館に備付け。市ホームページ掲載）
- 往復はがき（1講座1枚） ●FAX（コンビニ等不可） ●Eメール（件名「〇〇スクール申込」）

[必要事項] ①住所 ②氏名(ふりがな) ③年齢(学年) ④性別 ⑤電話番号 ⑥講座番号・講座名 ⑦学校名(キッズスクールのみ) ⑧FAX番号(FAXでお申込みのかたのみ)

[申込み先] 〒030-0813 松原一丁目6-15 中央市民センター ☎017-775-7048、✉center-koza@city.aomori.aomori.jp

[問合せ先] 中央市民センター ☎017-734-0164

中央市民センターのイベント

所 浪岡中央市民センター ☎017-734-0164 ※第3日曜日、年末年始は休館

◆こどもの映写会

時 11月27日(日) 10:00～10:40(開場9:30)

因 幼児・児童向け16ミリ映画より「鬼の子とゆきうさぎ」
「セロひきのゴーシュ」

入 料 25人(当日先着順)/無料

◆おとなの映写会

時 11月25日(金) 10:00～11:58(開場9:30)

因 「毒薬と老嬢」…ハロウィンの日、主人公が偶然に死体を発見することから始まるアメリカのブラック・コメディ物語(1944年/字幕版)

入 料 50人(当日先着順)/無料

◆11月のプラネタリウム

料 160円(中学生以下無料/障がい者手帳提示80円)

星空の時間 火星観望期(約50分)	土曜日 ①11:00 ②13:30
	日曜日・祝日 13:30 (20日除く)

プラネくんと星空さんぽ 絵話「エチオピア王家のもの がたり」(幼児向け・約40分)	日曜日・祝日 11:00 (20日除く)
---	-------------------------

いずれのイベントも
マスクの着用を
お願いします

