

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 | | | | |
| シリーズ「和の伝統文化体験教室」 ～⑥迎春に向けて・正月リース作り～ | 12/23(金) 10:00～12:00 | 18歳以上10人 | 1,500円 | 12/10(土) 9:00～ 料金持参で来館 |
| ● 大野市民センター ☎017-739-6228 | | | | |
| 青森市の石碑について | 1/26(木) 13:00～15:00 | 18歳以上20人 | 無料 | 12/1(木) 9:00～電話・来館 |
| ● 横内市民センター ☎017-738-8723 | | | | |
| ロコモ予防体操でいきいきエンジョイ | 12/19(月) 10:00～12:00 | 18歳以上15人 | 無料 | 12/5(月)10:00～電話・来館 |
| お正月を彩るお花を飾りましょう(生花) | 12/27(火) 10:00～12:00 | 18歳以上10人 | 2,500円 | 12/13(火)10:00～電話・来館 |
| ● 戸山市民センター ☎017-743-0720 | | | | |
| お正月の生花アレンジメント※器付き | 12/23(金) 10:00～12:00 | 18歳以上15人 | 3,000円 | 12/3(土)10:00～電話・来館 |
| キッズ体操教室 | 1/6(金) 13:00～15:00 | 小学生15人 | 無料 | 12/10(土)10:00～電話・来館 |
| ● 油川市民センター ☎017-788-1201 | | | | |
| お正月飾り「熊手」を作ろう | 12/24(土) 10:00～12:00 | 小学生以上10人(小学生は保護者同伴) | 700円 | 12/1(木) 9:00～電話・来館 |
| お正月のフラワーアレンジメント | 12/28(水) 10:00～12:00 | 18歳以上20人 | 3,000円 | 12/2(金) 9:00～電話・来館 |
| ● 古川市民センター ☎017-776-8082 | | | | |
| 正月用生け花講座 | 12/28(水) 10:00～12:00 | 18歳以上15人 | 3,000円 | 12/6(火)10:00～電話・来館 |
| 一般水泳教室・木曜日 ※2/23(木)を除く | 1/12～3/23の木曜日 10:00～12:00 | 18歳以上40人 (抽選) | 5,000円 | 12/2(金)～9(金)に来館 受付 |
| プールで楽しく健康づくり・月曜日 | 1/16～3/20の月曜日 10:00～12:00 | 18歳以上20人 (抽選) | 2,500円 | 12/10(土)10:00～公開抽 選 |
| プールで楽しく健康づくり・水曜日 | 1/18～3/22の水曜日 10:00～12:00 | 18歳以上20人 (抽選) | 2,500円 | 12/17(土)17:00までに料 金持参で申込み |
| 集中水泳教室・金曜日 ※25メートル以上泳げるかた | 1/20～3/24の金曜日 13:30～14:30 | 18歳以上10人 (抽選) | 5,000円 | ※いずれか1講座のみ受付 |
| ● 荒川市民センター ☎017-739-2343 | | | | |
| 草木染教室～茜～ | 12/15(木) 10:00～12:00 | 18歳以上16人 | 2,000円 | 12/1(木) 9:00～電話・来館 |
| 梅ちゃん先生のお料理教室～親子でお肉料理～ | 12/17(土) 10:00～13:00 | 年長・小学生と 保護者6組12人 | 無料 | 12/2(金) 9:00～電話・来館 |
| ● 沖館市民センター ☎017-761-4161 | | | | |
| アーティフィシャルフラワーのしめ縄アレンジ | 12/10(土) 10:00～12:00 | 中学生以上10人 | 2,000円 | 12/2(金) 9:00～電話・来館 |
| 親子でクリスマスケーキづくり (ブッシュドノエル) | 12/24(土) 10:00～13:00 | 小学生と保護者 8組16人 | 1,700円 | 12/5(月) 9:00～電話・来館 |
| お正月を彩る華やかフラワーアレンジメント | 12/28(水) 13:00～15:00 | 18歳以上15人 | 3,000円 | 12/6(火) 9:00～電話・来館 |
| ● 西部市民センター ☎017-788-2491 | | | | |
| アクアフィットネス | 1/10～3/14の火曜日 13:00～15:00 | 18歳以上25人 (抽選) | 4,500円 | 12/1(木)～5(月)の10:00 ～来館受付 |
| 小学生水泳教室 ※2/23(木)を除く | 1/12～3/23の木曜日 16:00～18:00 | 小学生20人 (抽選) | 4,500円 | 12/6(火)10:00～結果発表 12/10(土)19:00までに料金 持参で申込み |
| 一般水泳教室 | 1/13～3/17の金曜日 13:00～15:00 | 18歳以上20人 (抽選) | 4,500円 | |
| ● 北部地区農村環境改善センター ☎017-754-2244 | | | | |
| あなたの権利と財産を守る「成年後見人制度とは…」 | 12/20(火) 10:00～12:00 | 18歳以上20人 | 無料 | 12/1(木) 9:00～電話・来館 |
| 松山先生から学ぶ「楽しい太極拳」～転倒予防のために～ | 12/22(木) 10:00～12:00 | 18歳以上15人 | 無料 | 12/1(木) 9:00～電話・来館 |
| クリスマスのお昼は親子でお肉の料理教室 | 12/25(日) 10:00～13:00 | 小学生と保護者6組 | 無料 | 12/1(木) 9:00～電話・来館 |
| 災害に備えて「避難三原則と避難所開設」 | 1/20(金) 13:00～15:00 | 18歳以上20人 | 無料 | 12/1(木) 9:00～電話・来館 |

モヤヒルズスキー場

12月17日(土)10:00～

オープン!



10:00より安全祈願祭・プラカード滑走を行い、11:00頃(予定)から16:00までリフトの無料開放を実施予定。(ナイター営業は通常営業)なお、積雪不足等の場合は、プラカード滑走・リフト無料開放・ナイター営業は中止とさせていただきます。あらかじめご了承ください。

所問モヤヒルズ ☎017-764-1110

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、11月7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～異常気象と青森の未来～ | 1/12(木) 13:30～15:00 | 18歳以上30人 | 無料 |
| | 2 | マインドフル・イーティングで食事を楽しむ | 1/16(月) 10:00～11:30 | 18歳以上30人 | 無料 |
| | 3 | エミリアノ先生の楽しい英会話教室 | 1/17(火) 10:00～12:00 | 18歳以上30人 | 無料 |
| | 4 | 歌を歌って仲間づくり!～『唱歌・合唱』や『歌謡曲』～ | 1/18(水) 10:00～12:00 | 18歳以上30人 | 無料 |
| | 5 | 暮らしの税教室「確定申告についてのお話」～確定申告の基本について分かりやすく～ | 1/24(火) 13:30～15:00 | 18歳以上30人 | 無料 |
| | 6 | 介護保険で利用できるサービス | 1/25(水) 13:30～15:00 | 18歳以上30人 | 無料 |
| | 7 | やさしい骨理論～健康な骨はどうやってできる?～ | 1/26(木) 10:00～11:30 | 18歳以上30人 | 無料 |
| | 8 | アドバンスド コーヒーマイスター直伝! ワンランクアップするコーヒーの淹れ方教室 | 1/30(月) 10:00～12:00 | 18歳以上20人 | 1,200円 |
| | 9 | 環境出前講座～環境にやさしいエコせっけんを作ろう～ | 1/31(火) 10:00～11:30 | 18歳以上30人 | 無料 |
| 戸山市民センター | 10 | ボクシングを取り入れたフィットネスを体験! | 1/21～2/11の土曜日 10:00～12:00 | 18歳以上20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 | 書道「新年の思いを「かきぞめ」で残そう! こども書道教室」 | 1/6(金) 13:00～15:00 | 3～6年生10人 | 無料 |
| 2 | スポーツ鬼ごっこ「戦術で勝利をつかめ! 進化した本気の遊び『スポーツ鬼ごっこ』」 | 1/7(土) 10:00～12:00 | 1～6年生20人 | 無料 |
| 3 | そろばん教室「そろばんで脳トレ『珠算式暗算トレーニング入門』」 Aコース・Bコース | 1/10(火) Aコース10:00～11:00、 Bコース11:00～12:00 | 1～6年生各10人 | 無料 |
| 4 | けん玉教室「もっと上のワザをめざそう! 『絶対うまくなるけん玉教室』」 | 1/10(火)・11(水) 13:00～14:00 | 1～6年生20人 | 無料 |
| 5 | 英語「国際交流員と学ぶ『キッズ英語』」 | 1/12(木) 10:00～12:00 | 3～6年生20人 | 無料 |
| 6 | 絵画教室「プロに教わる! 図画工作をランクアップさせる絵画のテクニク」 | 1/12(木)・13(金) 13:00～15:00 | 3～6年生20人 | 無料 |
| 7 | 親子クッキング「寒い時には根菜メニュー『牛ごぼうの厚揚げステーキと鮭と舞茸の炊き込みごはん』」 | 1/14(土) 10:00～12:00 | 3～6年生と その保護者12組 | 1人 600円 |
| 8 | スポーツチャンバラ「勇者大募集! スポーツチャンバラで勝負をしよう!」 ※保護者1人同伴可 | 1/14(土) 13:00～15:00 | 1～6年生15人 | 無料 |
| 9 | フローリスト「気分はパティシエ♪ハートのケーキアレンジ」 | 1/14(土) 14:00～16:00 | 3～6年生15人 | 1,000円 |
| 10 | ヒップホップダンス 「ヒップホップダンス入門『カッコよく踊れる小学生をめざそう!』」 | 1/22～2/12の日曜日13:00～15:00 | 1～6年生20人 | 無料 |
| 11 | 囲碁道場「頭脳を鍛え自信をつける『基礎から教わるキッズ囲碁』」 | 1/22～2/12の日曜日14:00～16:00 | 1～6年生20人 | 400円 |
| 12 | パティシエ「冬の定番『ドキドキハッピーチョコレート作り』」 | 1/28(土) 10:00～12:00 | 3～6年生15人 | 600円 |
| 13 | サイエンス「おいしいお肉の秘密を探ろう! 『やわらかいお肉を食べる方法』」 | 1/29(日) 13:00～15:00 | 1～6年生20人 | 無料 |

【申込方法】 12/15(木) 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。 ※12/22(木)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) ※キッズスクール講座番号3は希望コースを記載

【申込み先】 〒030-0813 松原一丁目6-15 中央市民センター E017-775-7048、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 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 12月25日(日) 10:00～10:30 (開場9:30～)

内 幼児・児童向け16mm映画より「サンタの山 妖精の森～第1章 ひっこし～」

料 25人(当日先着順)/無料

◆おとなの映写会

時 12月23日(金) 10:00～11:50 (開場9:30～)

内 「カヴァルケード」…1899年から1932年までの大晦日の夜をイギリスと共に歩いていくロンドンのとある上流階級の家族の歴史を描いた物語(1933年 字幕版)

料 50人(当日先着順)/無料

◆12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 | 土曜日 ①11:00 ②13:30 (31日除く) |
| 星の色と明るさ(約50分) | 日曜日・祝日 13:30 (18日除く) |

プラネくんと星空さんぽ
絵話「きたかぜのおくりもの」
(幼児向け・約40分)
日曜日・祝日 11:00
(18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

