

## 市民センターの講座

申込みは各開催場所へ(申込順) / 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
<b>●横内市民センター ☎017-738-8723</b>				
緑(ゴーヤ)のカーテン始めよう!	6/15(火) 10:00~12:00	18歳以上20人	無料	6/2(水)10:00~電話・来館
「青森の近代文学」について~明治から大正、昭和、平成そして令和へ~	6/16(水) 10:00~12:00	18歳以上30人	無料	6/1(火)10:00~電話・来館
ロコモ予防体操でいきいきエンジョイ	6/21(月) 10:00~12:00	18歳以上15人	無料	6/8(火)10:00~電話・来館
らくらくスマホ教室	6/28(月)~30(水) 9:30~12:00	18歳以上12人	無料	6/14(月)10:00~電話・来館
初めて手話を学ぶための体験講座	7/3~17の土曜日 10:00~12:00	高校生以上10人	無料	6/15(火)10:00~電話・来館
「アロマで感染症対策」~マスクスプレーと石けん作り~	7/7(水) 10:00~12:00	18歳以上15人	1,000円	6/21(月)10:00~電話・来館
<b>●油川市民センター ☎017-788-1201</b>				
スマートフォンカメラ入門~スマホカメラでステキ写真を撮ろう~	6/22~7/6の火曜日 10:00~12:00	18歳以上10人	無料	6/1(火)9:00~電話・来館
こぎん刺し教室(テーブルセンター)	6/28~7/12の月曜日 10:00~12:00	18歳以上10人	800円	6/2(水)9:00~電話・来館
<b>●古川市民センター ☎017-776-8082</b>				
ゆかた着付講座	7/2(金) 9:00~12:00	18歳以上の女性10人	無料	6/9(水)10:00~電話・来館
<b>●荒川市民センター ☎017-739-2343</b>				
カラダがよろこぶ薬膳教室~夏~	6/18(金) 10:00~12:00	18歳以上12人	2,000円	6/4(金)9:00~電話・来館
手作りスイーツ教室~レアチーズケーキ~	6/19(土) 10:00~12:00	中学生以上12人	1,500円	6/1(火)9:00~電話・来館
自分ができる!初めての浴衣着付け(浴衣・帯等レンタルのみ)	6/19(土)・26(土) 10:00~12:00	高校生以上5人	2,000円	6/3(木)9:00~電話・来館
心しずかに自分と向き合う~写経と心にひびくお話~	7/2(金) 19:00~21:00	中学生以上20人	無料	6/17(木)9:00~電話・来館
バランスボールでフィットネス!	7/9(金)・16(金) 19:00~21:00	中学生以上15人	1回500円	6/25(金)9:00~電話・来館
<b>●沖館市民センター ☎017-761-4161</b>				
シニア向け はじめてのスマホ	6/15~29の火曜日 10:00~12:00	50歳以上15人	無料	6/2(水)9:00~電話・来館
赤ちゃんとママの楽しい時間	6/17~7/8の木曜日 10:00~12:00	1歳までの乳幼児と 保護者10組20人	無料	6/2(水)9:00~電話・来館
こぎん刺しでコースター作りにチャレンジ	6/22(火)・29(火) 10:00~12:00	18歳以上15人	500円	6/3(木)9:00~電話・来館
<b>●西部市民センター ☎017-788-2491</b>				
好きな色の金魚ねぶたを作ろう	7/3~17の土曜日 10:00~12:00	小学生10人	1,000円	6/5(土)10:00~料金持参で来館
<b>●北部地区農村環境改善センター ☎017-754-2244</b>				
知っておきたい!マイナンバーカード	6/18(金) 10:00~12:00	18歳以上20人	無料	6/1(火)9:00~電話・来館
大堤と油川城跡探訪	6/22(火) 9:00~12:00	18歳以上20人	無料	6/1(火)9:00~電話・来館
シニアのための食育「料理を通じてお肉を学ぶ」	6/26(土) 10:00~13:00	65歳以上8人	無料	6/1(火)9:00~電話・来館
やさしい体操教室「骨盤筋トレ×美尻」	6/30~7/14の水曜日 10:00~12:00	18歳以上の女性15人	無料	6/1(火)9:00~電話・来館
J A青森奥内地区女性部から学ぶ「笹餅」	7/1(木)・2(金) 10:00~13:00	18歳以上各日12人	500円	6/15(火)9:00~電話・来館
やさしい切り絵「切り絵の短冊で風鈴づくり」	7/9~16の金曜日 10:00~12:00	18歳以上10人	300円	6/15(火)9:00~電話・来館

## 中央市民センターのイベント

☎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

☎6月27日(日) 10:00~10:36

☎イソップ物語

「森のばんにん・畑にうめた宝物・かえるの王様」

☎無料

## ◆6月のプラネタリウム

☎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
6月の星座 (約30分)	日曜日・祝日 13:30 (20日除く)
プラネくんと星空さんぽ 絵話「正義の女神アストレア」 (幼児向け・約30分)	日曜日・祝日 11:00 (20日除く)

## ◆おとなの映写会

☎6月25日(金) 10:00~11:24

☎「真昼の決闘」全く普通の男である保安官がひとりで  
ギャングに立ち向かう人間ドラマを描いた西部劇  
(1952年アメリカ・吹替版)

☎☎料25人(抽選)/無料

☎6/7(月)必着で、申込用紙(中央市民センター備付け  
及び市ホームページ掲載)、往復はがき、FAX、Eメール  
(件名「おとなの映写会申込」)に必要事項(①住所(郵便  
番号) ②氏名(ふりがな) ③電話番号)を記入の上、〒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)へ ※6/14(月)から結果通知

## その他市民センターのイベント

## ◆花季さつき展示会

☎6月12日(土)・13日(日) 9:00~17:00

※13日は15:00まで

☎無料

☎☎荒川市民センター (☎017-739-2343)

## ◆花季 さつき盆栽展示会

☎6月18日(金)・19日(土) 9:00~17:00

※19日は16:00まで

☎無料

☎☎東部市民センター (☎017-736-6255)

いずれのイベントも  
マスクの着用をお願いします!

中央市民センター 佐々木

記載のものは申込順（一部除く） ほかは当日直接会場へ

※掲載の内容は、5月10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	太極拳でリラックス～カラダのバランスを整えよう～	7/1～29の木曜日13:30～15:30	18歳以上30人	無料
	2	アタマとカラダを同時に使って、楽しく脳を活性化!シナプソロジー®	7/6～27の火曜日10:00～12:00	18歳以上30人	無料
	3	身体のゆがみチェックと骨盤体操	7/9(金) 10:00～12:00	18歳以上20人	無料
	4	インターネットのトラブルに気をつけて!	7/9(金) 13:30～15:00	18歳以上30人	無料
	5	ライフプランと生命保険～生命保険の基礎知識～	7/10(土) 13:30～15:00	18歳以上30人	無料
	6	こぎん刺しでかわいいこぎん金魚を作ってみよう!	7/22(木) 13:00～15:00	中学生以上15人	1,000円
	7	親子でもOK!貝殻とシークラスで素敵なフォトフレームを作ろう!	7/24(土) 13:00～15:00	小学生以上15人	1,000円
	8	親子でもOK!正しいねぶた衣装の着付け教室	7/31(土) 10:00～12:00	18歳以上の女性10人	無料
東部市民センター	9	ヨガ教室～心と体を整えよう～	7/6～27の火曜日19:00～21:00	18歳以上20人	無料
	10	懐かしのメロディーと一緒に歌ってみませんか♪	7/14(水) 10:00～12:00	18歳以上10人	無料
	11	ふるしぎで和の文化を学んでみよう!～結ぶ・包む・運ぶ～	7/17(土) 10:00～12:00	中学生以上10人	無料
大野市民センター	12	リズムダンスで体力づくり♪	7/1～29の木曜日13:00～15:00	18歳以上30人	無料
	13	イライラする気持ちをコントロール～アンガーマネジメント～	7/13(火) 13:00～15:00	18歳以上20人	無料
	14	夏の着物～ゆかたの着方・半幅帯の結び方を覚えよう～	7/20(火) 13:00～15:00	18歳以上8人	無料
戸山市民センター	15	たいそう&KUKO♪みんなで歌って心も体も健康寿命♪	7/2(金) 13:00～15:00	18歳以上20人	無料
	16	わが街戸山の災害対策を学ぼう	7/6(火) 10:00～12:00	18歳以上20人	無料
	17	リンパドレナージュ～リンパの流れを促進してリフレッシュしよう～	7/10(土) 10:00～12:00	18歳以上15人	無料
西部市民センター	18	夏休み前課題応援「作って遊んで学ぶエコ」	7/11(日) 10:00～12:00	小学生20人	無料
	19	夏休み小学生習字教室	7/28(水)・29(木)、 8/4(水)・5(木) 9:30～11:30	小学3～6年生10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	パティシエ「アイシングクッキー～夏～『星空のアイシングクッキー作ろう!』	7/3(土) 10:00～12:00	1～6年生20人	600円
2	ダンス&ウォーク「みんなで踊ろう!『K-POPカバーダンス!』	7/3～24の土曜日10:00～12:00	1～6年生20人	無料
3	国際交流【ゲーム】「国際交流員ペン先生と楽しむ『アメリカで人気の室内ゲームアラカルト!』	7/3(土) 13:00～15:00	1～6年生14人	無料
4	JOMON文化「地域の昔々『縄文時代の青森の人々の暮らしを学ぼう!』	7/17(土) 13:00～14:30	3～6年生20人	無料
5	津軽こぎんざし「人気の伝統手芸こぎんざしをマスターしよう!『かわいい金魚のくるみボタン作り!』	7/22(木) 10:00～12:00	3～6年生15人 (3年生は保護者同伴)	500円
6	クッキング「県産夏野菜たっぷり『元気いっぱいカレーとキラキラゼリーサイダー作ろう!』	7/24(土) 10:00～12:00	3～6年生15人	600円
7	ねぶた学習教室「ねぶたマンと一緒に…ねぶた祭を学ぼう!そして作ろう!」 ①『かんたん金魚ねぶた作り』②『金魚ねぶた作り』 ③『口書き技法』も体験できる『ミニねぶた灯ろう作り』	7/25(日) ①10:30～11:30 ②13:00～14:30 ③15:00～16:30	①1～6年生20人 ②3～6年生15人 ③3～6年生10人	①300円 ②1,000円 ③800円
8	絵画教室「プロに教わる! 図画作品をランクアップさせる絵画のテクニック」	7/26(月)・27(火) 10:00～12:00	3～6年生20人	無料
9	造形教室「新感覚! ふわふわの口をこねて『キャンドルモンスターを作ろう!』宿題作品にもピッタリ!」	7/28(水) 13:00～15:00	1～6年生30人	600円
10	切り絵教室「はさみのワザで水族館『切り絵で作る にぎやかな海の世界!』	7/29(木) 13:00～15:00	3～6年生20人	300円
11	工作教室「ジオラマ作ろう!『動物たちのキャンプ!』	7/30(金)・8/6(金) 10:00～12:00	3～6年生10人	700円
12	書道「目指せ入賞! こども書道教室」①・②	7/30(金) ①13:00～15:00 ②15:00～17:00	①3・4年生10人 ②5・6年生10人	無料
13	環境みなおし隊☆「アースレンジャーと一緒にエコな生活考えよう &『作って遊べるリサイクル工作!』	7/31(土) 10:00～12:00	1～6年生30人	無料
14	フローリスト「ウッドプレートをアレンジして作る『お花のきらきらドリームキャッチャー!』	7/31(土) 14:00～16:00	3～6年生15人	1,000円

【申込方法】 6/15(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。※6/22(火)から結果通知

●申込用紙(キッズスクールはなし/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 ●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)

【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

## 自衛官等募集 関自衛隊青森地方協力本部青森募集案内所(☎017-783-2995) ※年齢は令和4年4月1日現在の年齢

応募種目	予備自衛官補(一般)	予備自衛官補(技能)
概要	予備自衛官を養成(非常勤の国家公務員)	
応募資格(※)	18歳以上34歳未満	18歳以上で国家免許資格等を有する者 (資格により、年齢上限53歳以上55歳未満)
受付期間/試験日/試験会場	7月1日(木)～9月17日(金)/10月2日(土)/青森駐屯地	