

令和7年度 沖館 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。沖館市民センター(017-761-4161)

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	沖館市民センターまつり	10/4	土、日	9:00～15:00	市民センターまつり実行委員会	地域住民			2日間 10/4,5 催事
10月	今日から実践！免疫力のお話と免疫力を上げる 簡単ツボ療法	10/22	水	10:00～12:00	神整体クリエイト光線治療院、青森市生涯学習指導員 神 一男	18歳以上 20人	無料	筆記用具	
10月	はじめてのフラダンス	10/25	土	10:00～12:00	フラダンス教室 主宰 雪田 美里	中学生以上 10人	無料	汗拭きタオル、飲み物、筆記用具、 ノート、動きやすい服装(あればパウスカート)	5回シリーズ 10/25,11/1,15,22,29
10月	県産羊毛でフェルトのルームシューズづくり	10/28	火	9:30～12:30	染、織物講師 中川 麻子	18歳以上 8人	1,500円	雑巾1枚、500mlの空ペットボトル(蓋付き)、 持ち帰り用の袋、汚れてもいいエプロン、自分サイズの履き(靴)	2回シリーズ 10/28,11/4
10月	郷土の文豪 ～青森出身の13人の作家たちを紐解く～	10/29	水	10:00～12:00	青森県近代文学館 文学専門主査 柿崎 星哉	18歳以上 15人	無料	筆記用具	3回シリーズ 10/29,11/5,12
11月	ボールペン字教室 ～楽しく 美文字～	11/4	火	10:00～12:00	書道教室 主宰 三原 瑞洞	18歳以上 15人	1,000円	なし	5回シリーズ 11/4,11,18,25,12/2
11月	千葉伸子先生とさつまいもでタルトづくり他1品	11/9	日	10:00～13:00	料理研究家、パティシエ 千葉 伸子	18歳以上 16人	2,000円	エプロン、ふきん、三角巾	
11月	自然素材でつくる2WAYのしめ縄&リース	11/22	土	9:30～12:00	ドライフラワー作家 三浦 麻里奈	18歳以上 12人	2,000円	持ち帰り用の袋(作品は約20×40cm)	
11月	超初心者者のシニア向けスマホ教室 ～基礎から 便利な使い方～	11/26	水	10:00～12:00	ソフトバンク(株) スマホアドバイザー 佐藤 暁子	60歳以上 15人	無料	筆記用具	3回シリーズ 11/26,12/3,10
12月	親子でクリスマスケーキづくり ～チョコクリーム のブッシュドノエル～	12/24	水	10:00～13:00	青森友の会 佐藤 多喜、久我 好美	小学生と保護者 16人	2,500円	エプロン、ふきん、三角巾	8組16人
12月	お正月を彩る華やかフラワーアレンジメント	12/28	日	10:00～12:00	フラワーコーディネーター 川口 松子	18歳以上 12人	3,500円	花ばさみ、新聞紙、持ち帰り用のマチの大きな袋	
1月	茜染めで風呂敷づくり	1/22	木	10:00～12:00	染、織物講師 中川 麻子	18歳以上 16人	1,500円	厚手のゴム手袋、汚れてもいいエプロン、雑巾1枚、持ち帰り用のビニール袋	