

令和8年度 大野 市民センター 講座情報

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。
(大野市民センター:017-739-6228)

開催月	講座名	月日	曜日	学習時間	講師	募集人数	実施場所	対象	受講料等	準備物	備考
10月	和の香りを楽しむ「お香」匂い袋作り	10月1日	木	10:00～12:00	和の伝統文化体験教室「爽華」 森山 孝子	15人	大会議室	18歳以上	1,500円	なし	
10月	ソフト整体で身体のゆがみを治そう	10月6日	火	13:00～15:00	神整体クリエイイト光線治療院 神 一男	12人	和室(大)	18歳以上	無料	筆記用具	3回シリーズ(②10/13, ③10/20)
10月	無理なく楽しく体幹を鍛える第2弾！	10月8日	木	13:30～15:30	レクリエーションインストラクター 山田 練子	12人	和室(大)	18歳以上	無料	運動しやすい服装, 水分補給用飲料, 汗拭きタオル	4回シリーズ(②10/15, ③10/22, ④10/29)
10月	これから増えてくる！特殊詐欺への理解と対策	10月19日	月	13:00～15:00	青森県消費生活センター教育啓発課 課長 柳井 敏文	20人	大会議室	18歳以上	無料	筆記用具	地域力アップ講座
11月	慌てる前に知っておこう！相続と生前贈与について	11月2日	月	13:00～15:00	相続手続支援センター青森 専任相談員 竹谷 淳子	20人	大会議室	18歳以上	無料	筆記用具	地域力アップ講座
11月	筆ペンを使って楽しく出来るアート♪	11月7日	土	10:00～12:00	あしゅまる広場 代表 八戸 武義	15人	視聴覚室	18歳以上	1,000円	筆記用具	3回シリーズ(②11/14, ③11/21)
11月	東洋医学について学ぼう	11月10日	火	10:00～12:00	鍼灸マッサージ師 藤田 幹雄	15人	和室(大)	18歳以上	無料	筆記用具	
11月	リズムに乗って楽しく健康づくり♪	11月12日	木	13:00～15:00	日本FD連盟公認指導士 小倉 洋子	30人	体育館	18歳以上	無料	運動しやすい服装, 内履き, 水分補給用飲料, 汗拭きタオル	3回シリーズ(②11/19, ③11/26)
11月	青森空襲と大野村	11月24日	火	13:00～15:00	青森市民図書館歴史資料室 室長 工藤 大輔	15人	大会議室	18歳以上	無料	筆記用具	
12月	健康体操＆歌を楽しもう	12月1日	火	10:00～12:00	日本体育施設協会 藤田 幹雄	30人	体育館	18歳以上	無料	運動しやすい服装, 内履き, 水分補給用飲料	
12月	イエローバンドで筋力アップトレーニング！！	12月5日	土	10:00～12:00	青森市保健生活協同組合 健康運動指導士 福士 学	30人	体育館	18歳以上	無料	運動しやすい服装, 内履き, 水分補給用飲料, 汗拭きタオル	4回シリーズ(②12/12, ③12/19, ④12/26)
12月	ループ組紐づくり(古代の方法で編むよ！)	12月8日	火	13:00～15:00	和の伝統文化体験教室「爽華」 森山 孝子	10人	大会議室	18歳以上	300円	なし	
12月	素敵なお正月飾り	12月15日	火	13:00～15:00	フラワーコーディネーター 川口 松子	10人	大会議室	18歳以上	2,000円	はさみ, 持ち帰り用袋	
1月	初心者向け冬のスマホ教室	1月12日	火	13:00～15:00	ソフトバンク(株) スマホアドバイザー	15人	大会議室	60歳以上	無料	筆記用具, スマホ(ない人には貸出可)	
1月	整理上手への第一歩！体験型お片づけ講座	1月14日	木	13:00～15:00	整理収納アドバイザー 木村 京子	20人	大会議室	18歳以上	無料	筆記用具	
1月	贈る気持ちを和の形で伝える日本の「折形」	1月21日	木	13:00～15:00	和の伝統文化体験教室「爽華」 森山 孝子	15人	大会議室	18歳以上	600円	はさみ、のり	