

元気まち

油川市民センターだより

発行 青森市油川市民センター
〒030-0058 青森市羽白字池上 197-1
TEL 017-788-1201
FAX 017-788-5972

館長のあいさつ

青い蛇 乙巳（きのと み）の年を迎えました。

脱皮した蛇が再生して変革・成長していく、即ち重ねられた努力や準備が実を結んで劇的な復活を遂げる希望の年 2025 年です。知恵の象徴ともいわれる蛇ですが、私たちもいつも蛇のように低姿勢ですべての物事に対し知恵深く賢く対処、善導していきたいものです。

今年も abcen は、地域の皆さまの生涯学習活動と情報発信・共有の拠点としての役割を果たすべく、業務員一同、力を合わせて励んでまいります。

館長 成田 克仁

講座レポート

踊ってみよう、キッズダンス入門

(5/31)

キッズダンスとは、子どもたちが音楽に合わせて楽しく体を動かし、表現するダンスのことです。講師は、様々な教室で活躍されている相馬かほるさんです。参加者は小学1年生から中学1年生までの12人です。今回は5月31日に開催された3回シリーズの第1回目の様子を紹介します。

自己紹介をして仲良くなろう！

12人の参加者と6人のサポートメンバーが自己紹介をして講座が始まりました。



準備運動をしよう！

ケガをしないように柔軟運動を行いました。



先生のマネをしてみよう！

講師がミラーの前で踊り、子どもたちは講師の一举手一投足を真剣に見ながら踊っていました。



ダンスは曲に合わせて覚えること！

講師は「最初は覚えなくても大丈夫」「とにかく体を動かしてみよう」などと言いながら子どもたちを指導していました。



相馬さんは、「みんなが出来るまで教えたい。ダンスは楽しいという経験をさせてやりたい。今の子どもたちは我慢することが多いので、ダンスで伸び伸び自由に表現してもらいたい。自分が伸び伸び出来る場所がダンスであってほしい。」という言葉が大変印象的でした。



お勧めの講座・イベントのご案内！(8月・9月)

【はじめてのスマホ体験①】

日時：8月27日・9月3日（水）
10：00～12：00

募集：60歳以上 10人

講師：ソフトバンク株式会社スマホアドバイザー
参加費：無料

準備物：スマートフォン、筆記用具

申し込み：「広報あおもり」8月号をご覧ください。



【地域力アップ講座】

青森県における満洲開拓史 II

～「満洲国」高官に多い青森県出身者の背景～

日時：9月13日（土）10：00～12：00

募集：18歳以上 30人

講師：青森中央学院大学経営法学部教授 藤巻 啓森
参加費：無料

準備物：筆記用具

申し込み：「広報あおもり」8月号をご覧ください。



油川市民センターが、本年度、市民の皆様に提供する主な講座です！

＜7月以降の開催予定を掲載しています＞

番号	講座・イベント等名	開催日	曜日	開催時間	募集人数	募集対象	受講料等
1	ねぶた衣裳着付け教室	7/21	月	10:00～12:00	20人	幼児・小学生以上	無料
2	夏休みこどもの映写会	7/29	火	10:30～11:30	50人	幼児・小学生	無料
3	盆踊りをマスターしよう！	8/19,21,23	火、木、土	10:00～12:00	15人	18歳以上	無料
4	はじめてのスマホ体験①	8/27,9/3	水	10:00～12:00	10人	18歳以上	無料
5	夜のリラックス、ボディワーク	9/10,17,24	水	18:00～20:00	15人	18歳以上	無料
6	青森県における満洲開拓史Ⅱ ～「満洲国」高官に多い青森県出身者の背景～	9/13	土	10:00～12:00	30人	18歳以上	無料
7	発掘調査成果からわかった大昔の衣類や装飾品	9/29	月	10:00～12:00	30人	18歳以上	無料
8	市民センターまつり	10/11,12	土、日	10:00～15:00	—	一般	—
9	和の香りを楽しむ「お香」匂袋作り	10/25	土	10:00～12:00	15人	18歳以上	1,500円
10	キャベツとマスの漬物教室	10/26	日	10:00～13:00	12人	18歳以上	1,000円
11	「ふるさと納税」ってなに？	10/31	金	10:00～12:00	20人	18歳以上	無料
12	とっさの時の女性のための護身術	10月予定	未定	10:00～12:00	10人	18歳以上	無料
13	やさしい着付け教室	11/6,13,20,27,12/4	木	10:00～12:00	15人	18歳以上	無料
14	夜ヨガでぐっすり眠ろう	11/10,17,12/1	月	19:00～21:00	20人	18歳以上	無料
15	三世交代交流餅つき大会	11/23	日	10:00～11:30	—	幼児～高齢者	—
16	幸子(さちこ)さんに教わる懐かしいおやつ、かぼちゃもち作り	11/25	火	10:00～13:00	12人	18歳以上	700円
17	認知症に関する基礎知識	11/29	土	10:00～12:00	30人	18歳以上	無料
18	お正月飾り「熊手」&「しめ飾り」を作ろう	12/6	土	10:00～12:00	15人	小学生以上	800円
19	おうちで楽しむクリスマス料理	12/8	月	10:00～13:00	12人	18歳以上	2,000円
20	税務署が教えるはじめての確定申告	12/11	木	10:00～12:00	30人	18歳以上	無料
21	おうちで楽しむお正月料理	12/15	月	10:00～13:00	12人	18歳以上	2,000円
22	お正月のフラワーアレンジメント	12/28	日	13:30～15:30	15人	18歳以上	3,500円
23	冬休みこどもの映写会	1/6	火	10:30～11:30	50人	幼児・小学生	無料
24	さをり織りでオリジナル麻トートバッグ作り	1/27	火	10:00～13:00	12人	18歳以上	1,200円
25	竹踏みで有酸素運動	2/20,27,3/6	金	10:00～12:00	25人	18歳以上	無料
26	はじめてのスマホ体験②	3/2,9	月	10:00～12:00	10人	60歳以上	無料



今年も学びがいのある講座をたくさん設けました。多くの方々の受講をお待ちしています。
 なお、開催日時等が変更になる場合もありますので、受講希望の際は、毎月1回発行される「広報あおもり」で確認又は、油川市民センターにお問い合わせくださるようお願いいたします。

編集後記

青森市生涯学習推進員の須藤、田中、横内、奈良原です。今年も「市民センターだより」を通して、各市民センターの取組を発信し、市民の皆様の学びをしっかりと支援してまいります。

＜取材・編集＞

青森市中央市民センター1F
 青森市生涯学習推進員室
 TEL 017-734-0164（内線 36）
 油川市民センター担当：須藤、横内