

東部市民センターだより



予告 一部ご紹介します。 春からのセンター講座

令和8年度のセンター講座を検討中ですが、予定している新規講座などを一足早くご紹介します。

人気の高い「歴史講座や料理教室」を充実

◆人気と要望が高い「歴史講座」は、県埋蔵文化財調査センターや市歴史資料室に加えて新たに県立郷土館などから講師を迎え開催します。

また、減塩や野菜摂取を推奨する食生活改善推進委員会は「健康料理」を、郷土料理などを伝承する北部ものづくり伝笑会は「津軽の赤飯やいなり寿司、赤かぶなどの漬物づくり」を指導します。

回数を増し「うたごえ教室や夜の講座」を開催

◆白岩先生の「うたごえ教室」は3回から6回とし、また

勤労者を対象に夜の講座（筋膜リリースや椅子ヨガ、バランスボールを春と秋の2回実施するほか「法務局の相続登記」などの座学も開催します。

子ども達には、体操や化石レプリカづくり

◆小学生を対象に「英会話教室や体操教室、バルーンアート教室」のほか新たに「化石レプリカ作り」を計画しています。また工業高校ねぶた部の「金魚ねぶたのテーブルランプ作り」も予定しています。

サークルとのタイアップ講座も開催

◆当センターのサークルメンバーと交流しながら参加いただく講座（クラシックギターや社交ダンス、ピラティスなど）も開催しますので、地域の皆さんセンター講座をお楽しみに！

東部市民センター（*詳しくは裏面に）

4月からの業務員を募集！

◆青森市東部市民センター管理運営協議会

サークル紹介 東部エンジョイ！ バランスボールサークル



◆今回は、昨年12月にセンター講座修了生で結成した「東部エンジョイバランスボールサークル」

(会員5人、会長 工藤さん)を紹介します。◆会の活動は、毎月第2火曜日の夜6時30分から館山香織さんを講師に迎えています。◆バランスボールは、1963年にイタリアの会社が開発し、その後スイスで医療器具として使用され、日本には1980年に伝わったそうです。◆会長の工藤さんは「体幹を鍛えリラックス効果もあるなど、立ち仕事をしている私はその効果を感じています！」と、また講師の館山さんは「バランスボールは、柔軟性の向上や姿勢改善、さらにはダイエットにも効果が期待できるアイテムですよ！」と笑顔で話しています。

◆皆さんもバランスボールを始めてみませんか。



講師の指導で楽しく活動を行うバランスボールサークル

2月募集の センター講座紹介



智絵ちゃんの からだバー教室

◆教室／3月4日と18日(水)2回
10:00-11:30 ◆募集10人、受講無料
◆受付／2月18日(水)、9:30から、センター窓口または電話で。先着順の受付となります。(窓口優先)

◆健康能力を高めてくれる「からだバー」は、日本で開発されたエクササイズツールです。この機会に是非体験してみませんか。

写真/サークル「からだバーde美活」

令和8年度 市・県民税の申告

東部地区の 臨時申告受付会場

2月 16 日(月)から始まる令和 8 年度「市・県民税」の申告受付を前に、東部地区では東部市民センターなど 4 力所で「臨時申告受付」が行われますのでご利用ください。

◆駐車場が雪で狭く、非常に混み合いますので、近隣の方は徒歩での来場にご協力ください。



実施日	会場	受付時間
2/5 (木)	久栗坂 町民会館	9:30～ 13:30
2/9 (月)	東部 市民センター	9:30～ 15:00
2/12 (木)	道の駅 ゆ～さ浅虫	9:30～ 13:30
2/13 (金)	東岳コミュニテ ィセンター	

◆問合せ/市役所市民税課
電話 (734)5193



「第38回棟方志功賞版画展」に応募された児童生徒の版画作品を、中心商店街の店舗や市民センターなどに展示する「『版画の街・あおもり』が街中が版画ギャラリー」が開催されます。当センターには、東陽小・原別小学校児童の作品が展示されますので是非ご覧ください。

◆入賞作品は2月7日(土)から9日(月)まで、協同組合タツケン美術館(電話017・773・1770 青森駅東ロビル4F)に展示されます。

◇展示
2月18日(水)～
3月9日(月)

棟方志功賞版画展 東部市民センターで2/18～ 東陽小・原別小学校の 児童作品を展示します。



東部市民センターで働いてみませんか。

スタッフ(業務員)募集!

◆履歴書提出期限
令和8年3月3日(火)必着

○市民センターは、地域の生涯学習や交流、地域活動の場として多くの皆様にご利用いただいています。また、子どもからお年寄りの方を対象にセンター講座や地域交流イベント開催、図書サービスのほか市民大学東部校も開設しています。○地域のために市民センターで働いてみませんか。

- ◆仕事の内容／・窓口業務(施設貸出・利用受付、図書サービス)
- ・センター講座や事業などの開催業務・センター管理業務など
- ◆募集／1名(年齢・学歴不問) ◆選考方法／面接 ◆雇用期間／令和8年4月1日～令和9年3月31日(試用期間有・雇用更新有)
- ◆賃金／時給 1,170～(パート労働者) ◆就業時間／一日7時間勤務、2交代制(①8:30～16:15②14:30～22:15) ◆休日／週休二日制(土日祝日の勤務有) 年末年始 ◆加入保険／健康保険、雇用保険、労災保険、厚生年金 ◆必要なスキル／PCワード・エクセル ◆マイカー通勤可 ◎問／東部市民センター ☎736-6255

