

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、新たに県立郷土館などから新たに県立郷土館などから
講師を迎えて開催します。

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会は「津軽の赤飯やいたり寿司、赤かぶなどの漬物づくり」を指導します。

◆白岩先生の「うたごえ教室」は3回から6回とし、また回数を増し「うたごえ教室や夜の講座」を開催

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

勤労者を対象に夜の講座（筋膜リリースや椅子ヨガ、バランスポール）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！

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行っています。◆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



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

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。

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カ所で「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



東部市民センターでの展示の様子

「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、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。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0177・773・1770 青森駅東口ビル4F）に展示されます。

東陽小・原別小学校の児童作品を展示します。

◇展示
2月18日(水)
3月9日(月)



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

