みんなのスポーツイベント

2025年 5月号

スポーツをしよう!!

「小学生ソフトテニス講習会」

◆夏季[大進建設スポーツ広場]
2025年5月2日(金)～10月30日(木)

◆冬季[カクヒログループスーパーアリーナ]
2025年11月13日(木)
～2026年3月23日(月)

■対　象 / 市内在住の小学生…定員20名(申込順)
■参加費 / 1回500円
■持ち物 / ソフトテニスラケット、テニスシューズ
※ラケットはない方へ貸出可
※動きやすい服装でお越しください

■申込方法
事前に申込書(HP掲載)を、青森市ソフトテニス連盟へ
青森市ソフトテニス連盟　担当:鹿内
[TEL:090-4316-7170]

青森市ソフトテニス連盟HP
http://tomatocow94.sakura.ne.jp

「第22回登山教室」

座学3回・実技4回
※座学・実技とも全課程出席が基本(欠席は1回まで)

5月20日(火)～7月29日(火)
■人　数 / 30人
■会　場 / 座学［中央市民センター：大会議室］
実技［下記記載の山］登山口集合
■参加費 / 座学 500円(テキスト代)
実技 無料（傷害保険は自己負担）

★座学［19:00～20:30］

①5/20、②6/10、③7/29の火曜日

「装備」「地図の見方・コンパスの使い方」「計画の立て方」
「救急法」など、山の基礎知識を身に付ける

★実技

①5/31(土)　バリカン山
②6/15(日)　雛岳
③7/13(日)　八甲田大岳
④7/26(土)　秋田駒ヶ岳

実際に歩きながら「地図とコンパスの使い方」を身に付ける

※実技④登山口集合不可の方にはバスをチャーターします。
※座学、実技ともにコンパスを持参してください。

■申込方法
5/15までに、メールか往復はがきでお申込みください。
※①住所、②氏名、③電話番号、④生年月日を明記してください。
メール［mirai@kb4.so-net.ne.jp］
往復はがき
宛先［030-0919　青森市はなますニ丁目11-15
青森勤労者山岳会　担当:成田 ］

世界各地の民族舞踊「老若男女が楽しめるダンス」

「フォークダンス体験講習会」

5月　7日(水) ①10:00～12:00　②19:00～21:00
5月14日(水) ③　9:00～11:00　④19:00～21:00

■会　場 / 青森市中央市民センター　3階集会室
※①は2階講堂　③は3階練習室
■参加費 / 無料
■持ち物 / 運動用の内履き、汗拭きタオル、飲み物
■申込方法
電話でお申込みください。
青森市フォークダンス協会　事務局　担当:蝦名
[TEL:080-1808-0307]

レスリングで楽しく体を動かしてみよう!!

「レスリング体験教室」

①5月18日(日)　10:00～12:00
②5月20日(火)　18:00～20:00
③5月22日(木)　18:00～20:00
④5月25日(日)　10:00～12:00

■対象者 / 5歳～中学生　10名
■会　場 / オカでんアリーナ　レスリング場
■参加費 / 無料(スポーツ保険加入希望者は別途受付)
■持ち物 / 上履き、飲み物、汗拭きタオル
※動きやすい服装でお越しください。

■申込方法
電話、メール、インスタグラムDMで
お申込みください。
青森市レスリング協会　担当:広瀬
[TEL:090-4790-1241]
aomoriclubjr-wrestling@yahoo.ne.jp
インスタグラム@acjwrestling

©ACJWRESTLING

健康につながる講義を交えた

「健康ボウリング教室」（各曜日、全6回 ）

①火曜日 / 5月20日～6月24日
②水曜日 / 5月21日～6月25日
③木曜日 / 5月22日～6月26日
④金曜日 / 5月23日～6月27日

A/10:30～13:00　B/14:00～16:30の
いずれかを選択

■人　数 / 48名　※申込順
■会　場 / ラウンドワン青森店
■参加費 / 1,000円
（ゲーム代、貸靴代、教材費、傷害保険料等含む）

お申込みは、5/12(月)までに下記番号にお電話ください。
ラウンドワン青森店　担当:堀川［Tel:070-1270-6928］

スポーツを体験しよう!!

オカでんアリーナ（青森市スポーツ会館） TEL. 017-765-6200

ヨガ
夜ヨガ体験会
※先着15名
月額3,000円、1回1,200円
5/3,17,24,6/7,21,28
土曜日、1時間程度
19:00～女性限定クラス
20:30～どなたでも参加可

アーチェリー
アーチェリー実技指導
小学5年生以上 / 10名
当日先着順、個人使用料
土曜日(月2回)
18:00～20:00

太極拳
太極拳教室
※5月:25名　6月:50名
月額3,000円、1回1,200円
5/16,23,30(金)
6/7,21,28(土)
19:00～21:00

モルック
モルック体験会
先着20名 / 500円
足し算、引き算ができる方
5/17(土),25(日)
6/14(土),22(日)
13:00～15:00

バウンドテニス
初心者のためのバウンドテニス教室(全5回)
18歳以上　25名 / 2,000円
6/6,13,20,27, 7/4(金)
19:00～21:00

市営庭球場 TEL. 017-765-6200

テニス
硬式テニス教室　初級
18歳以上の方/各30名/3,000円
5/16(金),20(火),23(金),27(火),30(金)
10:00～12:00
※雨天時は別日にスポーツ広場で開催

盛運輸サンドーム（青森市屋内グラウンド） TEL. 017-729-3106

野球
小学生野球教室
小学2～6年生 /20名
500円
5/1,22(木)
受付17:50～
開始18:00～20:00

スポーツ
スポーツ体験教室
5歳～小学生 /15名
600円
5/9,23(金)
受付16:30～
開始16:50～18:00

カクヒログループスーパーアリーナ（青森市総合体育館） TEL. 017-762-7105

リズム体操
親子で楽しむハッピーピクス(体験会)
3歳～未就学児 / 無料
先着50名(親子25組)
5/10(土),11(日)
16:00～17:00
内履き・汗拭きタオル・飲み物をご持参の上、動きやすい服装でお越しください。

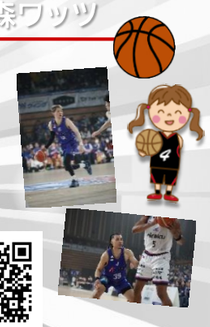
大進建設スポーツ広場（青森市スポーツ広場） TEL. 017-764-5525

テニス
テニスクリニック
18歳以上の硬式テニス
経験者 / 40名
3,000円
6/3～7/8の火・金曜日
(6/10を除く)全5回
10:00～12:00

直接開催施設に来館・電話にて、お申込みください。

AOMORI WAT'S 青森ワッツ

～2024-25シーズンのご青炎ありがとうございました！～



各部門のリーダーズが発表され、B2アシスト王に＃池田祐一選手が2年連続受賞し、B2スティール王に＃39ホール百音アレックス選手が初受賞されました！
また、皆さんの熱い応援のおかげもあり、2026-27シーズンからの「B.LEAGUE ONE」初年度参入に向けた条件の1つ「入場者数」を達成することができました！
引き続き青森ワッツへのご青炎をよろしくお願いします！

■チームの速報については、青森スポーツクリエイション[Tel:017-763-0551]のHP(https:// aomori-wats.jp/)で、ご確認ください。

試合を見に行こう！ Rein Meer Aomori FC

ホーム戦の応援よろしくお願いします!!

★5月18日(日)　13:00～ 新青森県総合運動公園球技場(青森市)　FCマルヤス岡崎　戦
★6月　8日(日)　13:00～ 新青森県総合運動公園球技場(青森市)　Y.S.C.C横浜　戦
★6月21日(土)　13:00～ カクヒログループアスレチックスタジアム(青森市)　FCティアモ枚方 戦

■ホーム戦のチケットの購入、試合の実施については、ラインメール青森FC［Tel: 017-729-0411］のHP(https://reinmeer-aomori.jp)で、ご確認ください。

編集・発行/青森市経済部地域スポーツ課(☎017-718-1428)