

お申込みについて

1. 申込方法

①往復はがき ②FAX ③メール ④受付場所に備え付けの申込書 のいずれかに下記 2 の必要事項を明記のうえ申し込み ※往復はがきをご利用の場合は、1 通につき 1 講座ずつお申込みください。

2. 必要事項

①講座番号 ②講座名 ③受講者氏名（ふりがな） ④年齢 ⑤郵便番号 ⑥住所
⑦日中連絡の取れる電話番号 ⑧学校名と学年（該当する方） ⑨受講可否の通知方法（各市民センターへの掲示・返信はがき・FAX・メールのいずれか） ※往復はがきを利用の場合は、返信はがきに返信先の住所等を記入ください。

3. 申込み先

① 直接申込み 各市民センター・勤労青少年ホーム・浪岡中央公民館（9:00～22:00／第3日曜日休館）
② 往復はがき 〒030-0813 青森市松原一丁目6番15号 中央市民センター 宛
③ F A X 017-775-7048（中央市民センター 宛）
④ メ ー ル center-koza@city.aomori.aomori.jp（件名は「講座名」申込）」

4. 応募締切り・結果発表

・ 申込期間 広報あおもり 5月号 配布日～5月15日（金） 必着
・ 結果発表 5月22日（金）から順次通知（事務手続きの都合上、通知日は前後します。）

5. 受講決定のお知らせ

受講の可否や詳細については、掲示、はがき、FAX、メールのうち希望する方法で発表日より順次お知らせします。掲示によるお知らせは、受講決定者のみ各センターに掲示します。

※受講可否のメールが「迷惑メールフォルダ」に振り分けられることやブロックされる事例が散見されています。事前にメール受信設定の確認をお願いします。特に、携帯電話やスマートフォンの場合はご注意ください。

6. 注意事項

・ 定員を超えたお申込みがあった場合は、抽選となります。
・ 結果発表日から数日を過ぎても通知が届かない場合は、必ずご連絡ください。
・ 材料費のかかる講座については、基本的に開催日より7日前以降のキャンセルについては、材料費をお支払いいただく場合があります。予めご了承ください。
・ 申込者が少数の場合、講座を中止することがあります。

今月の申込み締切りは 5月15日（金）です。

【お問い合わせ】

中央市民センター 生涯学習支援チーム

TEL 017-734-0164

FAX 017-775-7048

Eメール center-koza@city.aomori.aomori.jp



お問い合わせはこちら↓



中央市民センターの講座

～みなさんの生涯学習と社会参画を応援します～



申込締切日：5月15日（金）必着

■チャレンジ!パソコン講座

開催場所：中央市民センター（017-734-0164）

番号	講座名	内容	対象/定員・料金	日時
パソコンを初めて操作するかた向けの講座				
A01	インターネットをはじめよう	インターネットブラウザ Edgeを用いて各サイト閲覧、情報の検索方法、ネット通販、SNS などの基本的な使い方を学ぶ。	対象/定員：18歳以上/10人 料金：2,000円	6/13(土) 10:00～15:00（昼休みあり）
文字入力のできるかた向けの講座(応用)				
A02	Excel 関数活用術 (IF編)	Excel 関数の中でも重要なIF(条件分岐)や関連する関数の使い方を学び、関数の活用について理解を深める。	対象/定員：18歳以上/10人 料金：2,000円	6/20(土) 10:00～15:00（昼休みあり）
A03	デジカメ・スマホの写真編集&活用術	デジカメ・スマホで撮影した写真をパソコンに保存・整理、また Wordでの活用や簡単な動画編集への活用などを学ぶ。 ※デジカメまたはスマホ持参	対象/定員：18歳以上/10人 料金：2,000円	6/26(金) 10:00～15:00（昼休みあり）

※ OS は Windows11、ソフトは office2024 を使用 共催：NPO 法人 IT 支援ネットあおもり

6月開催分の募集講座

※ 掲載していない講座については各センターにお問い合わせください。

※ 状況次第では講座を中止する可能性があります。

■ 一般向け講座

開催場所：中央市民センター（017-734-0164）

講座名	対象／定員・料金・準備物	日時
1. 私たちの身近な国有財産について知ろう 講師：青森財務事務所	対象／定員：18歳以上／30人 料金：無料 準備物：筆記用具 水分補給用飲料	6/5（金） 10：00～12：00
2. 今日から始める家計のダイエット 講師：金融経済教育推進機構	対象／定員：18歳以上／30人 料金：無料 準備物：筆記用具 水分補給用飲料	6/6（土） 13：30～15：00
3. 青森の伝統芸能を体験！ 初めてでもできる津軽手踊り教室 講師：宗家石川流名取師範 石川 義梅	対象／定員：18歳以上／20人 料金：無料 準備物：運動しやすい服装 水分補給用飲料	6/9・16 （火／全2回） 10：30～12：00
4. シニア向けスマホ教室 ～やさしい基本編～ 講師：ソフトバンク株式会社 スマホアドバイザー	対象／定員：60歳以上／15人 料金：無料 準備物：筆記用具 水分補給用飲料	6/11（木） 13：30～15：30
5. 筋膜をほぐして 腰痛・肩こり・身体の不調を整えよう！ 講師：ハレノBODY 戸塚 友美	対象／定員：18歳以上／20人 料金：無料 準備物：運動しやすい服装 内履き 汗拭きタオル ヨガマットまたはバスタオル 水分補給用飲料	6/12（金） 10：00～12：00
6. 中村先生の楽しい エアロピクス&リラクゼーションストレッチ教室 講師：健康運動指導士 中村 俊子	対象／定員：18歳以上／25人 料金：無料 準備物：運動しやすい服装 内履き 汗拭きタオル ヨガマットまたはバスタオル 水分補給用飲料	6/15・22 （月／全2回） 10：00～12：00
7. ドローンを動かしてみよう 講師：徳企画 徳差 毅	対象／定員：18歳以上／12人 料金：無料 準備物：筆記用具 水分補給用飲料	6/20（土） 10：00～12：00
8. 私たちの暮らしと独占禁止法・景品表示法 講師：公正取引委員会	対象／定員：18歳以上／30人 料金：無料 準備物：筆記用具 水分補給用飲料	6/26（金） 13：30～15：00

■ 小学生向け講座

開催場所：中央市民センター（017-734-0164）

講座名	対象／定員・準備物	料金	日時
K1 親子クッキング 梅ちゃん先生の本格お子様ランチ 講師：青森山田高校調理科 教諭 梅田 弥昇彦	対象／定員：小学3年～6年生とその保護者 ／10組（20人） 準備物：エプロン 三角巾 手拭きタオル 持ち帰り用容器 水分補給用飲料	ひとり 1,000円	6/6（土） 10：00～12：00
K2 スポーツチャンバラ 勇者大募集！ スポーツチャンバラで勝負をしよう！ 講師：青森県スポーツチャンバラ協会	対象／定員：小学生／20人 準備物：運動しやすい服装 汗拭きタオル 水分補給用飲料	無料	6/6（土） 13：00～15：00
K3 キッズサッカー はじめてでも大丈夫！サッカー教室 講師：青森市サッカー協会	対象／定員：小学生／20人 準備物：帽子 汗拭きタオル 水分補給用飲料 ※ボールあれば持参 ※堤小学校 校庭 現地集合・解散	無料	6/7（日） 10：00～11：30
K4 親子クッキング 韓国風ランチ 講師：食育インストラクター 高坂 友衣	対象／定員：小学4年～6年生とその保護者 ／10組（20人） 準備物：エプロン 三角巾 手拭きタオル 持ち帰り用容器 水分補給用飲料	ひとり 1,000円	6/7（日） 10：00～12：00
K5 キッズダンス 音楽で心と身体を育てる リズムダンスクラス 講師：ダンサー SUK(エスユーケイ)	対象／定員：小学生／20人 準備物：運動しやすい服装 内履き 汗拭きタオル 水分補給用飲料	無料	6/7（日） 13：00～15：00
K6 親子ハンドメイド ステンシルで素敵なバッグを作ろう！ 講師：ローズミルフィ青森 横内 恵美子	対象／定員：小学1年～3年生とその保護者 ／10組（20人） 準備物：エプロンまたは汚れても良い上着 持ち帰り用袋 水分補給用飲料	1,200円	6/13（土） 10：00～12：00
K7 キッズハンドメイド ステンシルで素敵なバッグを作ろう！ 講師：ローズミルフィ青森 横内 恵美子	対象／定員：小学4年～6年生／10人 準備物：エプロンまたは汚れても良い上着 持ち帰り用袋 水分補給用飲料	1,200円	6/13（土） 13：00～15：00
K8 キッズドローン教室 ドローンのしくみを知って操縦に チャレンジ！ 講師：徳企画 徳差 毅	対象／定員：小学4年～6年生／12人 準備物：内履き 汗拭きタオル 水分補給用飲料	無料	6/14（日） 13：00～15：00
K9 キッズダンス 楽しくステップ♪キッズヒップホップ 講師：ダンスインストラクター （健康運動指導士）境 沙織	対象／定員：小学生／20人 準備物：運動しやすい服装 内履き 汗拭きタオル 水分補給用飲料	無料	6/27（土） 10：00～12：00
K10 キッズドローン教室 ドローンのしくみを知って操縦に チャレンジ！ 講師：artstudio tete 石岡 有佳子	対象／定員：小学1年～3年生／12人 準備物：筆記用具 汗拭きタオル 水分補給用飲料	無料	6/27（土） 13：00～14：30