

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学年と学校名（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 10月号 配布日～10月15日（水） 必着
・ 結果発表 10月22日（水） 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 10 月 15 日（水） 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：10月15日（水） 必着

※チャレンジ！パソコン講座は機器更新のため休講です。

11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. 版画教室 ～オリジナルのポストカードを作ろう！～ 講師：日本板画院同人 西村 恵美子	対象／定員：18歳以上／15人 料金：700円 準備物：彫刻刀 水彩絵の具 絵筆 水分補給用飲料	11/1・8・15・22 (土／全4回) 10：00～12：00
2. 相続講座はじめての1歩 ～相続の基本を学ぼう～ 講師：ほけんの窓口グループ(株)	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	11/1 (土) 13：00～14：30
3. 家庭でできるソフト整体 講師：神整体クリエイト光線治療院 神 一男	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 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 筆記用具	11/4 (火) 10：00～12：00
4. 高齢者が注意すべき感染症とその予防 講師：青森大学薬学部 教授 清水 保明	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	11/6 (木) 10：00～12：00
5. ココロとカラダを整えるヨガ 講師：ヨガインストラクター 伊藤 愛	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 フェイスタオル ヨガマットまたはバスタオル 水分補給用飲料	11/7・14 (金／全2回) 10：00～12：00
6. シニア向けスマホ教室 ～スケジュールと健康管理編～ 講師：ソフトバンク(株) 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	11/13・20 (木／全2回) 13：30～15：30
7. 国土開発と青森県の遺跡 ～こんなところを掘りました～ 講師：青森県埋蔵文化財調査センター 岡本 洋	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	11/18 (火) 10：00～12：00
8. 大切な人にしてあげたいアロマハンドマッサージ 講師：アロマサロン リラ・ナチュール 主宰 中川 麻子	対象／定員：18歳以上／20人 料金：500円 準備物：運動しやすい服装 フェイスタオル バスタオル 水分補給用飲料 ビニール袋	11/20 (木) 10：00～12：00
9. お得なふるさと納税 講師：(株)FP パートナー	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	11/25 (火) 10：00～12：00
10. インターネットトラブルにご用心 ～事例と対策～ 講師：青森市民消費生活センター	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	11/26 (水) 13：30～15：00
11. 暮らしの税教室「確定申告についてのお話」 ～確定申告の基本について分かりやすく～ 講師：青森税務署	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	11/27 (木) 13：30～15：00
12. 認知症サポーター養成講座 講師：青森市高齢者支援課	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	11/29 (土) 10：00～12：00

■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・料金・準備物	日時
 フローリスト 毎日見るのが楽しみになるお花のミラー 講師：アトリエミュゲ 神 幸代	対象／定員：小学3～6年生／10人 料金：1,000円 準備物：持ち帰り用袋 水分補給用飲料	11/1 (土) 10：00～12：00
 ねぶた製作教室 ねぶた師・龍宝先生に技術を学ぶ 『ねぶたの面づくり』 講師：ねぶた師 立田 龍宝	対象／定員：小学生／15人 (1～2年生は保護者同伴) 料金：3,000円 準備物：お手拭き(木工用ボンド使用のため) 昼食 水分補給用飲料	11/8・9 (土・日／全2回) 10：00～15：00 ※昼休憩あり
 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 料金：無料 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	11/8 (土) 13：00～15：00
 親子クッキング お肉について学んでクッキング 講師：青森山田高校調理科教諭 梅田 弥昇彦	対象／定員：小学3～6年生と その保護者／親子10組 料金：無料 準備物：エプロン 三角巾 手拭きタオル 水分補給用飲料 ※持ち帰り不可	11/9 (日) 10：00～12：00
 キッズダンス 一緒に踊ろう！ K-POP Girls グループ DANCE 講師：ダンスインストラクター 多魅(タミー)	対象／定員：小学生／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 水分補給用飲料	11/15 (土) 13：00～15：00
 親子クッキング りんごを使って、クッキング！！ 講師：青森市食生活改善推進委員会	対象／定員：小学3～6年生と その保護者／親子12組 料金：ひとり700円 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	11/22 (土) 13：00～15：00
 食品サンプル 本物そっくり！！ナゲットセットを作ってみよう 講師：食品サンプル an 小山 総子	対象／定員：小学3～6年生／15人 料金：800円 準備物：汚れてもよい服装にエプロン アルコールウェットティッシュ 持ち帰り用ティッシュの空箱 水分補給用飲料	11/29 (土) 13：00～15：00
 サイエンス 天然色素で染め物体験 『自分だけのハンカチ作り』 講師：弘前大学教育学部 教授 長南 幸安	対象／定員：小学3～6年生／24人 料金：無料 準備物：エプロン 手拭きタオル 持ち帰り用袋 水分補給用飲料	11/30 (日) 13：00～15：00
 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 料金：無料 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	11/30 (日) 13：00～15：00