

健康テーマ館

自分らしく最期まで生きるためには、健康でいることは欠かせません。今一度ご自分の身体のこと、考えてみましょう。

ママのための簡単セルフ整体でリフレッシュ
サライト

開催時刻
午後

足の裏から健康に! リフレクソロジー体験
キラキラ女性塾

参加料
¥500

からだの状態を知ってヘルスアップ!
青森県立保健大学 ヘルシリテラシー向上部

月に一度は乳がん自己検診!! ミニモデルで触診体験
NPO法人あおもり男女共同参画をすすめる会

開催時刻
午前

紫外線対策、熱中症対策を忘れずに!
青森県ウォーキング協会

地産地消で骨を守ろう! Bone come back!!
青森市食生活改善推進員会

開催場所: 2F 大研修室2



防災・減災テーマ館

知識を持ち、モノを備えることが、防災・減災の第一歩。
救助法や災害時に役立つスリッパ・マスクづくりなど、すぐに活用できる知識を学べます。



備えあれば憂いなし、災害時に必要な知恵と体験を
NPO法人青森県防災士会

子ども減災体験/スリッパ・マスクを作ろう
青森消防団青根分団

安心避難所を通して男女共同参画を理解する
男女共同参画地域防災体制づくり研究所

開催場所: 1F エントランスロビー



まなぶ・考える

多様な『私』のいる図書室 ス克蘭ブルエッグ

①10:00~11:30 ②13:30~15:00

性的マイノリティや事実婚の当事者が「生きている本」として体験や思いをお話します。みなさんも読者となって、多様な生き方に触れ、心を拓いてみませんか。定員各12名。事前申し込み先:氏名・連絡先を明記の上、こちらまで gochamazetamago@yahoo.co.jp FAX:0172-88-7728

開催場所: 2F グループ活動室



これからの男女共同参画 ~元気に自分らしく生きる~

NPO法人青森県男女共同参画研究所

女性と男性が生きやすい社会をつくるために、これからどのように取り組んで活動していくべきか、参加者と共に考え、その思いや考えを共有し、実践に繋げていく方法を考えます。

開催場所: 2F 小研修室3



あそぶ・体験する

カッチャート☆パーティvol.12

カッチャートプロジェクト

ワタシらしき発見!
ハッピーを体感できるワークショップが盛りだくさん!

参加料
有料



開催場所: 2F 大研修室1

0歳から100歳まで楽しめる3B! (公社)日本3B体操協会 青森県支部

①10:30~11:00 ②11:15~11:45

ボール・ベル・ベルターの3種類の道具を使い、音楽に合わせて、無理なく楽しみながら心身をリフレッシュできる健康体操。



開催時刻
午前

開催場所: 1F 保健指導室

バレエストレッチレッスン「入門」 TOMOKOバレエ&ストレッチ

13:00~14:15

中学生以上の女性ならなたでも参加できる入門レッスン。定員10名。フェイスタオル持参、動きやすい服装でご参加ください。事前申し込み先: 017-781-6753(千葉)



開催時刻
午後

参加料
¥1,000

開催場所: 1F 保健指導室

パパとあそぼ! ファザーリング・ジャパン青森支部

段ボールを使って自由に家やすべり台など、秘密基地を作って遊べます!



開催時刻
午後

開催場所: 2F 小研修室1

楽しいお話しがいっぱい! 絵本の読み聞かせの会 すいみー

11:00~11:40

読み聞かせ、エプロンシアターなど、楽しいおはなし会!

開催場所: 1F 情報ライブラリー 児童図書室



開催時刻
午前

つまみ細工で髪飾りづくり ハンドメイドサークル Angel Smile

親子でも、子どもでも楽しめる手作り体験。ベビー用品・布ナプキンなども販売します。

開催場所: 1F 工作室



参加料
有料

カラフルスイーツ 時計づくり MIMY

カラフルなスイーツパーツ、キラキラストーン、リボン、ホイップなどでデコレーションしてオリジナルな時計を手作りしましょう! 定員30名。

開催場所: 1F 工作室



参加料
¥600

フルーツやチョコのパフェを作ろう! フローラ愛花

フルーツいっぱいのパフェ作り。小さなお子様から大人まで作れます。

開催場所: 1F 調理実習室



参加料
¥500

親子で簡単! ヘアゴムづくり

大鰐町赤ちゃん子育てサークル わにっこクラブ

かわいいヘアゴムを手作りしてみませんか。ママの手作り小物なども販売します。

開催場所: 2F 小研修室1



参加料
¥200

つくろう! あそぼう! たこ型うちゅうじん 青森県子ども家庭支援センター

トイレットペーパーの芯でかんたんにできる「たこ型うちゅうじん」を作ってあそびます。

開催場所: 2F 小研修室1



開催時刻
午後

国際交流テーマ館

香ばしいスパイスの香り、バングラデシュやネパールの色鮮やかな手作りの商品、途上国に暮らす人々の写真...見て、触れて、食べながら世界を身近に感じてみませんか?



世界をのぞいてみよう!

アピオあおもり地球村2016 あおもりとベンガルをつなぐ会 おひさまプロジェクト ワールド あい ハム クラブ JICA&AOCA

開催場所: 2F 小研修室2



女性の活躍応援エリア

女性の活躍が社会的に求められています。県内で女性の活躍を応援している企業をご紹介します。また、起業女性によるブース出展もあります。

5分でキュッと! 劇的リフトアップ!
エイジングケアサロンリーフ

ビューティーアップで笑顔と自信をGET!
Siifaa Garden トータルビューティーカレッジ

ハンドケアマッサージ
ビューティースタジオ東奥

開催場所: 2F 交流展示コーナー角



飲食物販売

開催場所: 1F エントランスホール

ワッフル・コーヒーなどドリンク
NPO法人あーど「えいぶりる」

ベジタリアン料理の集合ブース
SEEDS NETWORK

県産無農薬雑穀使用の食べ物と県産の雑穀そば
企業組合あおもり万華堂

ゆ〜さ浅虫人気商品・名産品
「道の駅」浅虫温泉 ゆ〜さ浅虫

秋野菜&旬のお漬物
「あじ・彩・感」倶楽部

白神グリーンカレー
NPO法人白神自然学校一ツ森校

棒パン、フランクフルト、きのこ汁
青森自然塾

活動紹介ブース

開催場所: 2F 交流展示コーナー

活動をはじめて17年!! NPO法人あおもり男女共同参画をすすめる会

何でもチャレンジ出来る自分になろう (一社)ガールスカウト青森県連盟

国際事情にも視線を向けた婦人会活動! 青森県地域婦人団体連合会

みんなで目指そう! カシコイ消費者!! NPO法人青森県消費者協会

End violence against LGBTIQ ポスター展 RC-NETレイブクライシス・ネットワーク

あなたも出来る社会貢献 社会貢献学会

エネルギーを考えると未来が見えてくる。 六ヶ所村読書愛好会

食の安全にこだわったら、こうなりました! 生活クラブ生活協同組合

知ってください! DVのこと NPO法人ウィメンズネット青森

笑顔っていいね!! 広げよう笑顔!! スマイルあつぷるの会

おなかの赤ちゃん大きくなるよ。生まれるよ。 (一社)青森県助産師会

手作りのあたたかさをどうぞ(参加料:有料) つなごろう会パートII

身近に感じよう!! 法律のコト 日本司法支援センター青森地方事務所

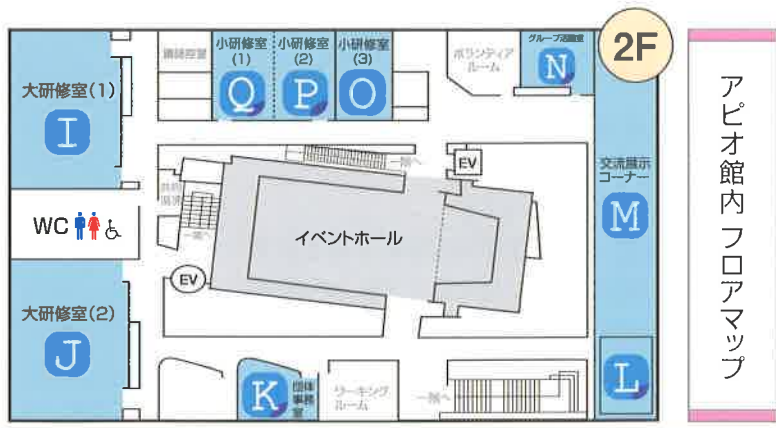
開催場所: 1F エントランスホール



フリーマーケット

NPO法人子育て応援隊 ココネットあおもり
子育て支援グループ「モモ」

開催場所: 1F プレイルーム前



アピオ館内フロアマップ