

ちゅうおう

～久慈地区版～

11/15

令和5年
(2023年)

編集/発行 久慈市中央市民センター
TEL:0194-53-4606 FAX:0194-52-7057

〒028-0023 久慈市新中の橋5-28-4
E-mail:tyuoukoumin@city.kuji.iwate.jp

中央市民センター主催事業のご案内です。
お申込み・お問合せは久慈市中央市民センター（平日9:00～17:00）へ！

～趣味はっくつ講座～

募集期間

2回講座10人!!

11月16日(木)～11月27日(月)まで!!

フェルトと色紙の フラワーカップ作り

1回目



フェルトと色紙を使用し
お花を作成してカップに
咲かせます。
オリジナルな作品を作っ
てみませんか？

◎期 日 令和5年12月7日(木)
◎時 間 13:30～15:30
◎場 所 中央市民センター 会議室
◎講 師 中央市民センター職員
中村 厚見氏
◎参加費 300円(材料費)

琥珀のアクセサリー作り

2回目

久慈産琥珀
を使用し、
アクセサリ
ーを作成し
ます。



※お一つお選びください。

◎期 日 令和5年12月13日(水)
◎時 間 13:30～15:30
◎場 所 中央市民センター 展示室
◎講 師 上山琥珀工芸
上山 昭彦氏
◎参加費 1,000円(材料費)

地域活動支援事業「リクエスト自主事業」

フレイル予防タイム

センターに集まって、耳なじみのある曲に合わせて、体操の要素を備えた簡単なダンスを踊ったり、瞑想(マインドフルネス)の時間を持ち、心身のフレイル(不調)を予防しましょう。

◎期 日 (全2回)
1回目/令和5年11月27日(月)
2回目/令和5年12月6日(水)
◎時 間 11:00～11:45
◎場 所 中央市民センター 大集会室
◎サポーター 中央市民センター職員
◎持ち物等 動きやすい服装、運動靴、飲み物(水分補給用)、ヨガマット等の敷物、ひざ掛け

当日参加も可能ですが、会場準備の都合がありますので、事前申し込みをお願いいたします。

地域活動支援事業「リクエスト自主事業」

へ事業をリクエストしてみませんか☆

◎申請対象団体等/
久慈地区の町内会や地域サロン、または4人以上のグループ
◎実施期間/R5.11月27日(月)～R6.2月29日(木)
◎受付期間/実施希望日の1か月前までに、指定の様式により申請してください。
申請書を審査し、事業目的に合致する事業へ講師を派遣いたします。

※詳しくは、中央市民センター(担当:石原)へお問い合わせください。

丸い地球の暮らし方 2023 第4回全体学習会

講演を聞きながら体を動かす“百歳体操”を体験

サークルの成果発表をご覧ください

どなたでも参加できます

期日：令和5年12月19日(火)13:30～15:30

場所：中央市民センター 大集会室

内容：「健康と介護保険」～百歳体操を体験してみよう～

講師：久慈市地域包括支援センター

発表サークル：久慈童謡を歌う会／くじ太極拳サークル／久慈大正琴の会／
小ものづくりを楽しむ会／久慈絵手紙クラブ「どっと混む」

キッズ☆ワンダラズ

放課後子ども教室「キッズ☆ワンダラズ」では10月にお届けスポーツとして『ラダーゲッター』というニュースポーツを体験しました。子どもたちは点を獲得するたびに大歓声を上げてニュースポーツを楽しんでいました。

放課後子ども教室「キッズ☆ワンダラズ」では放課後に学校の教室をお借りして活動しています。活動のお手伝いをしてくれるサポーターさんを随時募集中です。お気軽にお問い合わせください♪



らくらくスマートフォン講座

スマートフォンの操作方法、写真の撮り方、災害に関する情報や市からのお知らせなど、スマートフォンを使った情報収集方法を学びます。

- ◎期 日 令和5年12月11日(月)
- ◎時 間 14:00～15:30
- ◎場 所 中央市民センター 展示室
- ◎講 師 KDDIスタッフ
- ◎定 員 15人(先着)
- ◎申込み 11月15日(水)～12月8日(金) 期限
- ◎持ち物等 なし

※スマートフォンは講師が準備しますので、スマートフォンを持っていない方も、気軽に手ぶらでご参加ください。

天神堂自主防災会結成！

天神堂自主防災会が結成され、10月6日に認定書交付式が行われました。松本会長は「住民の避難誘導、避難場所の確保等に取り組んでいきたい」と決意を述べました。市民センターでは、自主防災組織の結成や活動の支援を行っております。お気軽にご連絡ください。



遠藤市長から認定書を受領する松本会長