

# ちゅうおう

# 4/15

平成31年  
(2019年)

編集／発行 久慈市中央市民センター 〒028-0023 久慈市新中の橋5-28-4  
TEL:53-4606 FAX:52-7057 E-mail:tyuoukoumin@city.kuji.iwate.jp

## ヤングボランティアSEED



3月31日(日)自主企画イベント『かがくフェスタ』を開催しました。子どもたちが楽しんでくれるように考えたこの企画は、笑顔がたくさん溢れるものとなりました☺



3月24日(日)八戸市と弘前大学のボランティアに携わる高校生・大学生と交流会を行いました。お互いが遊びを持ち寄り、会場を訪れた子どもたちと楽しく触れ合いながら、他団体の活動や子どもたちとの関わり方などを学ぶ貴重な機会となりました。





# 平成31年度主催事業参加者募集



お申し込み・お問い合わせ

久慈市中央市民センター

TEL: 53-4606

FAX: 52-7057

【募集期間】4月16日(火)～5月7日(火)

【受付時間】平日9時～17時

◆定員を超えた場合は抽選で決定します。

◆お申し込みの際は、下記事項をお知らせください。

①住所 ②氏名 ③年齢 ④電話番号 ⑤希望の教室

## ◆ ボランティア募集 ◆

子どもたちが参加する事業のお手伝いをしていただくボランティアを募集しています。興味のある方は、活動日や時間などお気軽にお問い合わせください。

◆すまいる☆くらぶ

「ふれ愛親子教室こぐまちゃん」をお手伝いいただきます。1歳から3歳までのかわいい子どもたちと触れ合ってみませんか？

◆放課後子ども教室サポーター

放課後の小学生たちの見守りをしていただくボランティアです。元気いっぱいな子どもたちと一緒に遊びましょう！！

## ◆ ふれ愛親子教室こぐまちゃん ◆

いちご狩り、農業体験、三鉄遠足、体育館での運動遊び、リズム遊び、英語体験など親子で楽しく触れ合い、お友達とも楽しく遊びましょう！！

日時：5/17、31、6/14、7/19、8/23、9/13、  
10/4、11/22、12/6、20(全10回)  
金曜日 10:00～11:30  
定員：1～3歳の幼児と親10組程度

## ◆ 津軽から辿る郷土の歴史 ◆

久慈氏と久慈城跡について、鱒ヶ沢町との歴史的つながりを学習し、種里城跡、弘前城、大浦城跡、堀越城跡、石川城跡を視察します。

日程：5/24、6/7、21、7/2、12(全5回)  
定員：成人20名  
参加費：5,000円程度  
(高速代、食事代2回分)

## ◆ 健康食堂 ◆

健康な食生活やバランスのよい食事について減塩調理法のコツなどを学びます。講義を聞いて実際に作ってみて、「健康で長生き」するための知識と技を身につけましょう♪

日時：6/5、7/3(全2回) 水曜日10:00～12:00  
※講義1時間、実習1時間です。  
定員：成人10名程度  
参加費：500円程度(食材代として)

## ◆ じもと再発見 ◆

好評につき第3弾です！今回はジオサイトだけではなく、琥珀採掘体験や文化財資料室の見学などを取り入れて実施します。ぜひご参加ください！

日時：6/13、8/29、10/10、24、7月中に1回  
13:30～15:30(全5回)  
◎7月の日時は調整中 ◎6/13は13:00～15:00  
定員：成人10名程度  
参加費：6/13のみ体験料として1,500円予定

## ◆ きもののいろは講座 ◆

お持ちの着物をタンスの肥やしにしている方、自分で簡単な着付けができるようになりたい方、気軽に楽しむための知識を身に着けませんか。

日時：6/4、18、7/9、16、30(全5回)  
火曜日 13:30～15:30  
定員：女性10名

## ◆ リクエスト・自主企画講座 ◆

学びたいことや伝えたいことなど、皆様の声により実施される講座です。「挑戦してみたいことがある」、「講師として皆さんに伝えたいことがあったけど機会を見つけれなかった」という方はぜひこの講座をご活用ください！！

※この講座の募集には締め切りはございません。お気軽に中央市民センターまでご連絡ください。

# 丸い地球の暮らし方2019

## 《コース別学習》

中央市民センターで活動しているサークルの方々にご協力いただき、コース別学習を行います。

【後期コース別学習】※詳細は10月1日号の広報でお知らせします。

太極拳(土・午後)、ヨーガ(火・午前)、大正琴(火・午前)、詩吟(水・午後)、五行歌(水・午前)、書道(水・午前)

### ◇太極拳Ⅰコース◇

協力：くじ太極拳サークル  
日 時：7/2、16、8/6、20  
火曜日 13:30～15:00  
定 員：10名  
参加費：無料

### ◇太極拳Ⅱコース◇

協力：健康太極拳ビワの会  
日 時：8/30、9/13、27、10/11  
金曜日 10:00～12:00  
定 員：10名  
参加費：無料

### ◇社交ダンスコース◇

協力：社交ダンスグループ  
日 時：8/30、9/13、27、10/11  
金曜日 13:30～14:30  
定 員：10名  
参加費：無料

### ◇童謡コース◇

協力：久慈童謡を歌う会  
日 時：7/2、16、8/6、20  
火曜日 13:30～15:30  
定 員：10名  
参加費：無料

### ◇コカリナコース◇

協力：コカリナしおさいの会  
日 時：9/13、27、10/11、25  
金曜日 10:00～12:00  
定 員：5名  
参加費：無料

### ◇絵手紙コース◇

協力：久慈絵手紙クラブ「どっと混む」  
日 時：6/6、20、7/4、18  
金曜日 13:30～15:30  
定 員：5名  
参加費：材料代(200円/1回)

### ◇フラワーアレンジメントコース◇

協力：フラワーアレンジメントサークルいゆて  
日 時：7/9、23、8/6、27  
火曜日 10:30～12:00  
定 員：10名  
参加費：花代(2,000円/1回)

### ◇生け花コース◇

協力：お花の会  
日 時：7/26、8/23、9/27、10/25  
金曜日 13:30～15:30  
定 員：5名  
参加費：花代(1,500円/1回)

### ◇藤工芸コース◇

協力：藤工芸カトレア会  
日 時：6/18、7/2、16、8/6  
火曜日 10:00～12:00  
定 員：10名  
参加費：藤代(500円)

### ◇パソコンコース◇

協力：パソコンを楽しむ会  
日 時：6/6、20、7/4、18  
木曜日 10:00～12:00  
定 員：3名  
参加費：無料

### ◇料理コース◇

協力：ベジフルクラブ  
日 時：7/12、8/9、9/13、10/11  
金曜日 9:00～12:50  
定 員：5名  
参加費：食材代(700円位/1回)

### ◇のんびり運動コース◇

協力：久慈市体育協会  
日 時：7/17、8/21、9/18、  
10/16、11/20  
水曜日 13:30～15:00  
定 員：20名

### ◇館外学習コース◇

協力：市内の企業等  
時 期：7月～10月(全4回)  
見学先：久慈市内の企業等  
定 員：20名 ※定員を超えた場合、  
参加回数を調整します。

## 《全体学習会》

お気軽にご来場ください!!

テーマ:もっと元気に、ずっとイキイキ!



### ◆第1回◆

出張診療所  
in  
中央市民センター

ミニ健康チェックを実施します。是非ご参加ください。

【講演会】

日時：5月23日(木) 13:30～  
講師：国民健康保険山形診療所長 吉田 弘之 氏  
内容：健康診断の適齢期ってある？ない？

### ◆第2回◆

やってみよう!

実際に椅子に座ったまま体を動かしてみよう。

【講演会】

日時：8月27日(火) 13:30～  
講師：久慈市体育協会 日當 誠 氏  
内容：簡単な運動について

# 平成30年度後期 事業風景

## ◎ 青少年教育事業 ◎

### 《くじこ☆ドンドコ体験団》

#### 親子deファミチョコづくり



2月9日に家族への感謝の気持ちを込めたファミチョコ（ファミチョコ）を親子で楽しく作りました。とてもかわいらしく、甘くて美味しいケーキが完成しました。

#### 冬の自然ふれあい体験



2月16日に平庭高原でスノーシュートレッキングを行い、雪山を散策した後、エアボード、ボディボードなどのスノースポーツを体験しました。雪と戯れ、とても楽しい体験でした。

## ◎ 家庭教育事業 ◎

### ふれ愛親子教室 こぐまちゃん



後期は「リズム遊び」や「クリスマス会」など、ゆったりとした雰囲気ですべての体験を通じて親子でふれあい、参加者同士も交流を深め、微笑ましい教室となりました。

## ◎ 成人教育事業 ◎

### 日常英会話教室



自己紹介、道案内、海外生活で使う表現、食事での会話、クリスマス会の全5回の教室を行いました。講師の方と参加者の皆さんが積極的に学習し交流を深める事が出来ました。

### じもと再発見



「身近すぎて気づかない地域の素晴らしさを改めて発見する」というテーマのもと、小袖海岸、枝成沢琥珀採掘場跡、半崎の野田層群を巡りました。今年度も開催しますので、みなさんぜひご参加ください！

## ◎ 高齢者教育事業 ◎

### 生き生き学園



認知症予防講座、トラブル回避術、クラシック音楽の楽しみ方の全3回教室を行いました。参加者の皆さんの気さくで積極的な会話と質問で、教室を盛り上げる事が出来ました。

## ◎ 女性教育事業 ◎

### 和のたしなみ講座



練り切り菓子づくり、つまみ細工、茶道体験、和のマナー、浴衣・着物の着付けの5種類に挑戦しました。日本文化は「おもてなしの心」で溢れていることに気づけた講座となりました。

### はじめての スタンドグラス教室



スタンドグラス作品を基礎から教わり制作しました。細やかな工程も、参加者同士会話を楽しみながらすすめ、きれいで素敵な作品を完成させることができました。

### 郷土料理教室



地元の郷土料理まめぶ汁、小豆ぱっとう、短角牛すき焼きの3種類に挑戦しました。講師の先生の知識や技に感心しつつ、積極的に質問が飛び交う、有意義で美味しい教室となりました。