

ちゅうおう ～久慈地区版～



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。事業中に撮影した写真は広報に使わせていただきます。
お申込み・お問合せは久慈市中央市民センターへ！

申込期間 4月15日(火)～5月9日(金)

受付時間 平日9:00～17:00

地域限定

春の浄土ヶ浜トレッキング 募集中！



- ◎日 時：令和7年5月24日(土) 9:00～15:00 (受付8:50)
※集合場所 久慈市マリンアリーナ入口(市民体育館) 15:00 解散予定
- ◎場 所：宮古市 浄土ヶ浜トレッキングコース
- ◎指導者：久慈市体育協会 久慈順子 氏
- ◎対象者：久慈地区住民(中央市民センター管轄内) 健康な方で約3キロ歩ける方
- ◎定 員：20人 参加費：無料
- ◎締 切：5月9日(金) 17:00
- ◎持ち物：トレッキング用の服装と
靴・雨具ほか各自必要なもの

♪好評事業により、初めて参加する方を優先します♪
昨年参加された方の申し込みは管轄内住民を優先し、定員に満たない場合は、地区外の方を受け付けます。(先着)

令和6年 事業風景



昼食は道の駅
で自由食



人事異動挨拶

(転出) 主事 駒澤 彩花 (社会福祉課)

大変お世話になりました！ありがとうございました。今後は事業の参加者として中央市民センターに行きますので、よろしく願いいたします。



傘をお忘れではありませんか？～忘れ物を処分します～

忘れ物の傘が多くあります！5月15日までに持ち主が分からない傘を含む忘れ物につきましては、処分させていただきますので、お心当たりのある方は、お早めに引き取りをお願いいたします。



「三沢航空科学サイエンス実験ショー」

3月21日(金)市内の小学3年以下と保護者3組7名が参加し、青森県立三沢航空科学館にてサイエンス実験ショーを行いました。実験は「飛行」をテーマに、気球が空に浮き上がり空を飛ぶ原理や、飛行機がエンジンと揚力で空を飛ぶことを、風船などの実験を交えて飛行体験しました。

大きなビーチボールも宙に浮くなど、実験をとおして子どもたちの楽しそうな歓声が聞かれ、思い出に残るサイエンスショーとなりました。



地域づくり人材発掘育成事業

ストレッチ&ダンスエクササイズ



3月8日(土)に伊原真寿美氏を講師にお招きし、ストレッチと、ラテン系のミュージックに合わせて行うダンスエクササイズ(ズンバ)を行いました。

ストレッチを教えてもらい十分に体をほぐした後、いよいよズンバに挑戦!パーティーライトが照らすディスコの様な空間の中、初心者も音楽に合わせて体を楽しく動かしました♪

講師のエネルギッシュで、魅了させるパフォーマンスは見るだけでも元気を与えてくれて、「ズンバ最高!」と沢山の笑顔が見られました。

ZUMBA



成人教育事業・趣味はっくつ講座

いげばっと・長芋すいとん作り

2月26日(水)に中央市民センター調理室で久慈市の郷土料理「いげばっと」と「長芋すいとん」作りを実施しました。

講師である食の匠ご指導のもと、今回はいげばっとの麺を生地からこねて成形しました!

皆で協力して完成した2品は、ツルっとした食感と、優しくも味わい深いお味で、とっても美味しかったです。

楽しく参加出来ました、またやってほしい!という声が多く聞かれ、参加者は楽しく充実した時間を過ごせました。

