



センター報  
長内市民

# サンエール

編集発行  
長内市民センター  
TEL 52-7400  
Fax 52-7410

体調がよくない場合(37.5度以上の発熱や咳の症状がある場合など)、身近に感染が疑われる方がいる場合は、自粛をお願いいたします。

## 参加者募集「春休みこどもお菓子づくり教室」

長内地区食生活改善推進員など地域の皆さんにご協力いただき、小学生を対象にお菓子づくり教室を開催します。簡単にできて、そばくでおいしいお菓子を作ります。できあがったお菓子はお持ち帰りにしますので、お家の方と一緒に食べてくださいね。長内小学校には別途チラシを配布しています！

- |       |   |
|-------|---|
| 1 日時  | 令和5年3月29日(水) 午後2時~3時30分   |
| 2 場所  | サンエール(長内市民センター) 料理実習室   |
| 3 内容  | ゆべし、蒸しパン(予定)<br>(クルミは入れない予定です。各種アレルギーの方はお申し出ください。)  |
| 4 参加費 | 無料  |
| 5 定員  | 8名(先着順)   |
| 6 持ち物 | エプロン、三角巾、上履き、マスク  |
| 7 申込み | 3月23日(木)までにサンエールへ直接・TEL等または上記二次元バーコードを読み込み、必要事項を記入のうえ、長内市民センター代表メールへ送信。FAX・メールの場合は3日以内にこちらから返信しますので、届かない場合は電話連絡をお願いします。 |



## ちよこっとSDGs「誰かもらってくれないかスペース」ご利用ください！

長内市民センター報2月15日号でお知らせした、ごみの減量化等を目的の「誰かもらってくれないかスペース」(1階ホール、入口付近)を運用中です。現在毎日のように入荷、もらってくださる方もありほどよく回転しています。サンエールご利用の方はもちろん、このスペースだけを見に来てくださる方もあれば助かります。欲しいものがあるかどうかは入荷のタイミングによりますので、どうぞご了承ください。

不用品の搬入は土日・夜でもOKですので、下記事項をご了承の上、平日8時30分~17時に電話連絡くださるようお願いいたします。

☆場所 サンエール(長内市民センター)1階ホール

☆陳列期間 最大3週間(3週間後残りを回収)

☆無償譲渡に限ります。譲渡後の利用方法等についてはお互いノークレームノーリターンでお願いします。

- 180cm×45cmの長テーブル2台における範囲内
- 生ものはご遠慮ください。
- 最大3週間の期間内で残ったものを回収してください。  
※この事業は中止する場合があります。



## 事業報告 ～お届けスポーツ教室「折爪岳トレッキング」～

11月21日久慈市教育委員会と久慈市体育協会の共催事業で折爪岳トレッキングに行ってきました。寒さも心配しましたが、最高のお天気に恵まれとても気持ちの良いトレッキングになりました。展望台からみる景色は遠くの山々を見渡すことができ、思わず感嘆の声が漏れました。帰りは数か所ある滝を見学しながら車道を下山しました。長くて疲れましたがとても楽しかったです。



## ～ダーニング教室～

12月3日洋野町のハンドメイド作家のYUCCA（ユッカ）さんを講師に、ヨーロッパ発祥の修繕方法を学ぶダーニング教室を開催しました。講座ではカラフルな刺繍糸を使って靴下を補修してみました。YUCCAさんがご家族のためにダーニングを重ねているジーンズを見せてもらいましたが、とっても素敵に補修しており、まるで衣類を育てているようでした。基本のやり方を学び、とても楽しく勉強になったと好評でした。講座終了後は「ダーニングしてみたよー」と早速「学びの実践」のご報告をしてくださる方々もありました。



## ～小麦まんじゅう教室～

12月8日下長内サロンの方々を講師に、「小麦まんじゅう教室」（団子が正解だったかも）を開催しました。募集開始30分で定員となってしまふほどの人気の講座で、キャンセル待ちも多かったです。親しみのあるこの伝統食を教えてくださいを探していたところ、下長内サロンの方々が引き受けてくれ、なんと「総練習」までやってくださり、当日を迎えることができました。その準備万端な体制もあり、和やかな雰囲気と美味しい団子でとても楽しい講座と大好評でした。

そして、2月15日キャンセル待ちの方を対象に再度講座を開催しました。（それでも参加できなかった方、ごめんなさい）今回も段取りよく餡子を丸め、皮のこね方や包み方などを習いました。



みんな自己紹介をした中で、「家族が亡くなった後、お彼岸に親戚の方が小麦団子を作ってきてくださり、それがとてもありがたく、自分でもできるようにになりたいと思っていたので参加できて本当に良かった」とのお話もいただきました。これからも地域の皆さんと一緒に事業を作っていきたいと思ひます。ご協力くださった皆様、参加して下さった皆様ありがとうございました。

## ～ボッチャ・卓球バレー体験教室～

12月12日久慈市体育協会と久慈市教育委員会主催の卓球バレーとボッチャの体験教室でした。最初は歌を歌いながら簡単なゲームをしました。簡単なゲームのはずなのに何故かリズムが狂い間違える人続出で笑いが絶えません。卓球バレーはお尻を椅子につけていなければならないルールですが、熱が入ると忘れて立ち上がってしまうのが最高に楽しかったです。笑いすぎて腹筋を使ってしまいました。ボッチャも楽しかったです!!



## ～平庭スノートレッキング～

2月22日山形町平庭でスノートレッキングに挑戦しました。スノーシューを履いて歩きましたが、参加者の半数は初めての体験です。お天気に恵まれ風もなく、静かな良い陽気。平庭中継基地駐車場を出発、前日の雪でなんの足跡もない粉雪と静けさの中進んでいき、富士見平まで行きました。残念ながら岩手山は見えませんでした。それでもとっても気持ちよかったです。帰りは平庭山荘で昼食。予定より早い到着となり、ゆっくりとご飯を食べ、楽しい交流の時間を過ごしました。



## ～田高自主防災会発足～

田高町内会（377世帯785人 八屋弘志会長）は2月24日付けで自主防災会を設立し、3月11日東日本大震災復興祈念式典で認定書を交付されました。今後は地域防災力の向上に向けた取り組みを進めていくとのことです。

市では自主防災組織の市内全域での結成を目指しています。市民センターでも設立に向けた支援をさせていただきますので、お気軽にご相談ください。



## ～長内活き活き振興協議会体育部事業～

長内活き活き振興協議会体育部ではコロナ禍ではありましたが、パークゴルフ大会、卓球大会、ユニカール大会、囲碁ボール大会など予定の事業をすべて実施することができました。皆様のご協力ありがとうございました。また、今年度久慈市地域コミュニティ補助金を利用し「ユニカール」3セット、「囲碁ボール」2セットを購入しました。町内会など地域の事業にも貸し出しできますので、住民交流のためにどうぞご利用ください。保管場所はサンエール（長内市民センター）です。借りたい場合はサンエールへご連絡ください。

### ～町民ユニカール大会～

2月19日町民ユニカール大会を開催し、各町内会から15チーム46人の参加でにぎわいました。3年ぶりの町民ユニカール大会で皆さんとても楽しそうでした！

☆優勝 上長内Bチーム 2位 川崎町Bチーム 3位 下長内Aチーム  
ブービー賞 新長内81チーム



### ～町民囲碁ボール大会～

3月5日町民囲碁ボール大会を開催し、各町内会から13チーム48人の参加でにぎわいました。初めての囲碁ボール大会です。ルールをみんなで勉強してから競技開始となりました。盛り上がりました！

☆優勝 上長内Cチーム 2位 上長内Aチーム 3位 新長内81チーム  
ブービー賞 上長内Bチーム

