



長内市民
センター報

長内市民センター報

サンエール

編集発行
長内市民センター
(サンエール)
TEL 52-7400
FAX 52-7410

～参加者募集～

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。

女性講座「ほからか健康体操」

いつまでも若々しくいられるよう、姿勢を意識した健康体操です。懐かしい昭和のポップスにあわせた体操で、体の軸を考えながら、お家で無理なく楽しく続けてみませんか? 両日とも同じ内容です。



- 1 日程 令和2年11月9日(月)、19日(木) 10:00~11:00
- 2 場所 長内市民センター 相談室
- 3 講師 川代一枝さん
- 4 持ち物 動きやすい服装(ズック持参または靴下でやります)、マスク
- 5 対象 長内町、川崎町の方(定員に満たない場合は、対象地域以外でもご参加いただけます。)
- 6 定員 10名(定員になり次第締切)
- 7 申込み 10月30日(金)までにサンエール(長内市民センター☎52-7400)へTEL

～事業報告～小久慈焼き体験教室

7月22日に14名が参加し陶芸体験をしました。想像以上に難しく、最初に作ろうと思った形にならない、こんなはずじゃなかったな～という笑い声があちこちから聞こえてきました。それでも焼きあがって、そばちょこ、花瓶、コーヒーカップ、皿、湯呑茶わん、小鉢など様々な作品が手元に届いてみると、小久慈色の釉薬で素敵に仕上がっています(茶色・ベージュ・2色の選択ができます)。初めてとは思えない作品もあり、「もう一回やってみたいね」という感想が続出でした。



「作品の一部」



裏面もあります

～着物リメイク教室開催中～

9月24日から全3回の予定で、雫石町の小赤澤直子さんを講師に、着物をリメイクして洋服に作り直す講座を開催しています。先生のリメイク教室は型紙いらず。先生が作ったたくさんの作品の中から気に入った物を選んだら、着る人のサイズに合わせて先生が裁断していきます。「しつけもせず、どんどん縫ってね!」という指導のとおりミシンをかけていきます。「既成の縫物の概念を捨ててください」とおっしゃる小赤澤先生の楽しいお話で、みんながパワーをいただいています。仕上げた作品を着て、10月24日にアイーナ(盛岡市)で開催される「着物リメイクファッションショー」に参加しようというお話もいただきました。当日に向け楽しみながら頑張っています。



遅くなりましたが～わいわい体験塾の報告～

7月27日長内小児童23名が参加し、平庭でラインクライミングをする予定でしたが、小雨により予定変更。ふるさと学習体験協会の方々を講師に、山形町の「内間木洞」を探検しました。長靴・ヘルメット着用で洞窟に入り、長い年月をかけて形成された鍾乳洞について、所々で解説をしていただきました。明かりを通す「ベーコン」と呼ばれる薄い鍾乳石の名前の面白さに子供たちが反応したり、コウモリを見たり、「クマの寝床」と言われる場所も見学したりと、地域のことを知る良い機会になりました。



翌日7月28日は小久慈の放課後こども教室の皆さんと一緒に、長内小16名の児童が長泉寺で坐禅の体験をしました。本堂で住職さんから坐禅の仕方を教えていただいた後、静かに座禅堂に移動。姿勢を正して、20分間の静寂な時間を過ごしました。足が痛かったとか、1時間に感じたとかいろいろな感想がありましたが、終了後はお茶とお菓子をいただいて楽しそうでした。貴重な体験となり、ご協力くださった皆様、大変ありがとうございました。

