



編集発行
長内市民センター
TEL52-7400

長内市民
センター報

サンエール

☆お知らせ☆

「長内川川まつり」開催日迫る！！

弾ける水しぶき！！笑顔も弾ける！！真夏の暑さをも楽しめる「長内川川まつり」が開催されます。ウォータースライダーや浮き輪レース、魚のつかみ取りなど楽しみがいっぱいです。地元の自然を満喫できる貴重な機会なので、ご家族、お友達を誘ってお越しください！！

- 1 日時 **令和6年8月4日(日) 9時～15時**
- 2 場所 長内川 新街橋上流側の広場
- 3 内容 長中ソーラン、長小サンサ、
浮き輪川下りレース(入賞者賞品あり)、
ウォータースライダー、木登り体験、
カヌー・カヤック体験、イワナ・ヤマメの稚魚放流
フリーマーケット、各種屋台等
- 4 主催：長内川川の会



「盆踊りの唄 体験教室」

～参加者募集～

初心者大歓迎！！

岩手県北部から青森県上北地方に広く伝承されているナニヤドヤラ、諸説いろいろあるようですが、日本で最古の盆踊りとも言われている次世代に伝えたい文化です。昨年度に続き、今年度は1回だけの開催で「唄」の体験の場を設けますので、興味のある方はぜひご参加ください。

- 1 日時 **令和6年8月7日(水) 18時30分～20時**
- 2 場所 サンエール(長内市民センター)アリーナ
- 3 内容 盆踊りの唄(ナニヤドヤラ)
- 4 持ち物 内履き、水分補給の飲み物、タオル(汗拭き用)
- 5 対象 どなたでも(小さいお子さんから大人まで長内以外の方もOKです)
- 6 申込み 8月2日(金)までサンエールへTEL又はメール⇒



「SUP 体験」～参加者募集～

「SUP」とはスタンドアップ・パドルボードの略称で、ボードの上に立ち、パドルを漕いで水面を進んでいく新感覚のウォータースポーツです。会場は山形町のプールです。楽しんでみてください！



- 1 日時 令和6年8月6日(火)
13:00 サンエール(長内市民センター)集合(13:10出発)～
長内小学校経由～ B&G 海洋センター(山形町)～SUP体験～
長内小学校経由～16:25 サンエール解散(多少前後する場合あり)
- 2 対象 小学校児童(3年生以上)
- 3 定員 20名(先着順)
- 4 持ち物 水着(プールに入れる服装可)・水泳帽・水分補給用の飲料
タオルや必要に応じて着替え、おやつ
- 5 参加費 無料
- 6 申込 7月31日(水)正午までにサンエールへ TEL 又は事前に長内小学校に配付した申込書を提出又はメール⇒



～事業報告～

「みちのく潮風トレイルウォーキング」 八戸市 蕪島～白浜海岸

令和6年6月28日(金)に宇部市民センターと合同でみちのく潮風トレイル事業を開催しました。スタートは、みちのく潮風トレイルの起点となる蕪島神社で、鳥居の前で安全祈願と写真撮影をしてから、スタートしました。天候にも恵まれ、綺麗な海岸線の景色に癒されながら、約6kmの道のりを、ゴールとなる白浜海岸付近まで、26名の参加者全員で完歩できました。



「フィリピン料理教室」

令和6年7月9日(火)にフィリピン料理教室を開催しました。あまりに身近過ぎて、実は馴染みのないフィリピン。料理もさることながら、どんな国なのかを実はあまり知らない人が多いようです。前半は、スライドでフィリピンの国のこと、歴史、文化等を学び、後半は、料理教室。講師の中野リゼルさんと一緒に、アドボ(鶏肉のさっぱり煮込み)、パンシット(野菜たっぷり春雨炒め)、ハロハロ(トッピング多めのかき氷)を作り、フィリピンの本場の味に舌鼓を打ちました。アジアの中でも、辛さがマイルドで、甘辛い味付けが特徴的なフィリピン料理は、日本人の口にも合うようです。



※ 事業の参加者に事故があった場合は、当センターが加入する公民館災害補償制度の範囲内で補償します。また、写真をセンター報やX(旧Twitter)等で掲載させていただく場合があります。

～フォロワー募集～

長内市民センター(サンエール)ではX(旧ツイッター)でイベントへの参加者募集の告知や、事業紹介等をしております。QRコードにより長内市民センターのフォロー登録をお願いします。

