



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

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。また、新型コロナの状況により中止する場合があります。ご了承ください。

参加者募集 じもとの魅力見つけ隊「長内川水源を訪ねて」

長内市民センターでは、地元の自然や地元企業の見学など、地域のすばらしさを再認識する機会として「じもとの魅力見つけ隊」事業に取り組んでいます。昨年度は小屋畑川の源流を訪ねました。今年度も長内川川の会の方々にご案内いただき、山根町上戸鎖方面の水源を訪ねます。新緑で気持ちの良い時期なので、興味のある方はどうぞご参加ください。小中学生やご家族での参加も大歓迎です。参加される場合は長靴等ご準備のうえご参加ください。

- 1 日時 5月14日(土) 午前8時30分集合~12時(予定)
- 2 行程 サンエール8:30集合 8:35 出発 バス移動~山根町方面~
中戸鎖洞清水~新失せ水洞~上戸鎖玉川地区から上流へ徒歩移動
往復4キロ程度~山根市民センター経由~サンエール 12:00 着
- 3 服装 長袖・長ズボン・長靴・帽子・手袋・飲み物
- 4 定員 15名(小学校4年生以下が参加する場合は保護者同伴) 先着順
- 5 主催 長内市民センター(共催 長内川川の会、長内地区教育振興協議会)
- 6 申し込み 5月12日(木)までにサンエール(長内市民センター ☎52-7400)
へTEL、または下記QRコードを読み取り、必要事項を記入してメール
送信してください。なお、メール申し込みの場合は、当方からメールを
返信しますので、返信がない場合は(3日程度)電話でご連絡ください。

※雨天中止です。(当日午前8時に判断しますので、それ以降にお問合せください。)



5月2日(月)から
受付します。



※事業の参加者に事故があった場合は、当センターで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、写真をセンター報等で掲載させていただく場合があります。

裏面でも募集しています。

参加者募集 趣味創作講座「寄せ植え教室」

前回は大好評だった寄せ植え教室を開催します。
いろいろな種類の花の中から好きなものを選ぶ
ので、講師のアドバイスをもらって好みの寄せ植え
を作ってみませんか。



- 1 日時 令和4年5月22日（日）午前10時～12時
- 2 場所 サンエール（長内市民センター）
- 3 講師 大沢園芸 大沢幸正さん
- 4 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の方もご参加いただけます。）
- 5 材料費 プランター・土・肥料代700円＋各自好みの花を購入
- 6 定員 10名（先着順）
- 7 持物 手袋・帽子
- 8 申し込み 5月12日（木）までにサンエール（長内市民センター ☎52-7400）
へTEL、または右側のQRコードを読み取り、必要事項を
記入してメール送信してください。なお、メール申し込み
の場合は、当方からメールを返信しますので、返信がない
場合は（3日程度）電話でご連絡ください。

5月2日（月）から受付します。



《令和3年度事業報告》

～みそづくり体験教室～

2月5日12名が参加し、軽米町の大黒醤油(株)工場のみそづくり体験をしました。
宇部市民センターの皆さん12名も一緒に参加です。大きな釜で蒸した大豆を、袋
の中で塩・麴と混ぜ、手や足を使って潰しました。想像以上に体力を使う作業でした。と
ても美味しいみそと評判で、参加者の中には大黒醤油(株)のみそづくり体験教室に、何回
も来ているという方もいました。食べられるようになるのは約7ヶ月後。途中で天地返
しをする作業もあり、楽しみです（必ずやらなくもいらい）。住民の皆さんの交流の機会に
なり、とても楽しかったと好評でした。



～そば打ち体験教室～

1月24日10名が参加し、成谷自然食の会の方を講師に山形町霜畑の「そばの匠館」で、そばうち体験教室を開催しました。そばを伸ばすのが難しそうでしたが、講師の方々の丁寧な指導で上手なそばが出来上がりました。今年も会食はせず、各自自分の作ったものを持ち帰りにしました。とても美味しかったそうです。



～アリーナ開放事業～

1月下旬から2月末まで、月曜日（休館日）にアリーナ開放を行い、卓球やユニカール・囲碁ボールなどを自由に楽しんでいただきました。冬期間ということもあり、またコロナ禍でいろいろな事業が中止になり、外に出る機会になってよかったよとの声をいただきました。初めて卓球をしたという方もあり、皆さんとても楽しそうでした。



～卓球バレー教室～

2月24日12名が参加し、椅子に座ったまま競技する卓球バレーを体験しました。本来であれば6対6での競技ですが、コロナ禍でもあり、お互いの距離をとって3対3でやってみました。熱が入るとお尻を付けなければならないことを忘れる人もあり、大笑いしながら楽しみました。



～春を探しに行こうウォーキング～

3月10日15名が参加し少し早い春のウォーキングを楽しみました。久慈東高校沿いの坂を少し登った場所から出発。門前と夏井側を結ぶ炭山道路を通過して、林道大崎線経由で防災公園まで約6km歩きました。炭山道路は初めてという方が多かったのですが、昔は街に行くのに歩いて通ったよという方もあり、懐かしい話が弾みました。

林道大崎線では、木が伐採されて市街地を一望できる場所があります。目印になる建物を探したり、山々を見渡したり、防災のことを考えたりする機会にもなりました。



～ともに明日を見る読書会～

毎月最終土曜日は「ともに明日を見る読書会」の日です。3月26日は10回目の読書会でした。小中学生も含め7名の参加です。この日の課題図書は宮沢賢治の「土神ときつね」でした。登場人物（擬人化）の恋愛や心の葛藤、読み取れなかった疑問点についてなどみんなで語り合ったほか、各自が今読んでいる本の紹介の情報交換をしました。読書会は自分の知らない本に触れる機会にもなります。次回の課題図書は「盲目のジェロニモとその兄」（シュニッツラー著・山本有三訳）です。興味のある方は、どうぞご参加ください。



☆次回 4月30日 午後1時30分～3時30分 場所 サンエール託児室

～消防講演会の開催～

久慈市消防団第三分団では昭和58年4月27日発災の久慈山林大火から40年、山火事の恐ろしさを学び、地域の防災を考える機会として、講演会を開催します。どうぞご参加ください。

- 1 日時 令和4年4月29日（金）午後3時～
- 2 場所 上長内公民館
- 3 講師 三船進一さん（当時の現場担当）

お問合せ 第三分団分団長 坂本秀則さん（090-4044-3405）
一部部長 上山昭彦さん（090-1495-6136）

～東広美町自主防災会の活動～

3月27日（日）東広美町自主防災会役員は、陸前高田市下矢作地区自主防災会7地区の合同避難訓練の様子を視察しました。この日は土砂災害を想定した避難訓練です。車での避難を想定した駐車場所確保や、支援が必要な方を避難させる訓練、避難しているかどうかを携帯電話のオートコールで確認する試みなど、様々な工夫がされていました。人口500人程度の地区で、約1/3の方々が参加しました。



避難訓練終了後は、大学、行政、NTTの方々などで意見交換を行いました。住民の生命や財産を守りたいという皆さんの想いが伝わってきました。

また、4月24日（日）東広美町自主防災会では、避難の際支援が必要な方の個別避難計画を作成しました。その際の様子がNHKで放映されます。どうぞご覧ください。

☆放映日 5月13日（金）19時30分～東北エリアの番組です。