



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

本年もどうぞよろしくお願いたします。

～参加者募集～

長内地区教育振興協議会主催 「子ども地域活動促進事業」

ユニカール大会

世代間の交流と、地域の方々とのふれあいを図るため、ユニカール大会を実施します。お友達、ご家族やご近所の方など、どんな仲間でも大丈夫です。たくさんご参加ください。



- 1 日時 令和2年1月11日(土) 9:00~12:00
- 2 場所 長内市民センター
- 3 持物 上履き
- 4 申込み 3人1組(大人と子供の混合チームでも可)で、チーム名を1月8日(水)までにサンエール(長内市民センター)へ
※TEL52-7400(12月29日~1月3日は休館) FAX52-7410
長内小学校へチラシを別途配布しています。



地産地消教室「そば打ち教室」

そば粉、つなぎの豆腐など地元のものを使って、毎年好評のそば打ち教室を開催します。香りが高く美味しいそばです。シンプルな工程で奥深いといわれるそば打ちは、はまる方も多いとのこと。楽しいのでぜひご参加ください。

- 1 日時 令和2年1月25日(土) 10:00~12:00
- 2 場所 長内市民センター 調理室・相談室
- 3 講師 山形町霜畑地区「成谷自然食の会」の方々
- 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 1,000円
- 6 定員 10名 1月6日(月)から受付します。
- 7 持物 エプロン、三角巾
- 8 申込み 1月17日(金)までにサンエール(長内市民センター ☎52-7400)へ



※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、事業の写真についてセンター報などに掲載させていただく場合があります。

～裏面もあります～

～事業報告～

ニュースポーツ交流会 「卓球バレー」

11月27日(水)12名が参加し、卓球バレーに挑戦しました。卓球台とピンポン玉を使い、6対6で戦うチームスポーツで、木のラケットを使い、パスを回しながらネット下を通過させて相手チームに返球します。初体験の方がほとんどで、ルールを学びながら競技を行いました。椅子からお尻を離してはいけないとわかっているにもかかわらず、熱くなるとつい立ち上がるなど大盛り上がり。とても楽しい交流会になりました。

卓球バレーは毎月第2水曜日18時～20時 久慈市民体育館会議室で開催しています。(久慈地域卓球バレー協会)

よかったら参加してみてくださいね。(開催場所・日程が変更になる場合があります)

問い合わせ先 久慈地域卓球バレー協会 久慈市天神堂32-8 ひばり療護園内

担当：竹高さん(TEL61-1111 受付：平日9時～17時)



「初めてのDIY教室」

10月の予定だったDIY教室を12月2日(月)に延期して開催し、8名が参加しました。

のこぎりやさしがね、電動工具の使い方を確認してから、2人1組になっての作業。のこぎりを使うのも体力が必要です。午前中は材料を切り、午後からは組み立て作業。1日工程で2人掛けの手作りベンチを完成させました。作品の用途は、ご近所さんとのたぐきり用や室内用など人それぞれ。立派な出来上がりに満足の良い教室となりました。



長内生き生き振興協議会主催 「町民卓球大会」

12月8日(日)町民卓球大会が開催され、元木沢、田高、東広美町、上長内の4チームが参加しました。元木沢チームは中学生も参加し、とても上手だったのですが、空気を読んで忖度してくれ、相手チームの大人をほどよく楽しませて、場を盛り上げてくれました。

結果は次のとおりです。

☆ 優勝 元木沢チーム 準優勝 田高チーム
3位 上長内チーム



「魚のさばき方教室」

なんと、男性参加者の方が多かったのです。

12月12日(木)10名(男性7人、女性3人)が参加し、魚のさばき方を開催しました。地元でよく採れる、しょっこで刺身の作り方を学習。内臓処理や皮のむき方、美味しく見える盛り付け方など学びました。そのほか、はも・鯛などの処理や調理方法、包丁の種類や研ぎ方も教えていただきました。

その後は、刺身・ムニエル・煮つけ・あら汁など作った料理をみんなで美味しくいただき、和気あいあいとした楽しい時間を過ごしました。

サンエールでは、住民の皆様からの講座内容のリクエストをお待ちしております!

