



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

「長内町民囲碁ボール大会」～参加者募集中～

長内活き活き振興協議会体育部主催の今年度最後のスポーツイベント。昨年度も3月に開催され、参加者も多く大変な盛り上がりを見せました。

囲碁ボールとは、専用マットの上で10個のボールを打ち、チーム全員が協力して五目並べのように並べることで勝敗を競いながら親睦を深めるスポーツです。初めての方でもとても楽しめます。ふるってご参加ください！！

○日時 令和7年3月2日(日) 午前9時～

○場所 サンエール(長内市民センター)

○チーム編成

(1) 1チーム3名以上(中学生以上)

(2) お友達などフリーチームでの参加も認めますが、

町内から要請があった場合は、町内チーム優先でお願いします。

○申込み 2月26日(水)までにサンエールへTEL願います。

チーム名と参加人数をお知らせください。

○ルール 大会当日、競技前に説明します。



「地元のいいところ見つけ隊～市内企業見学～」～参加者募集～

意外と知らない地元について。地元企業等の見学を通して地元への理解を深め、地元愛を一緒に深めてみませんか？(好評につき今年度第二弾です)

○日時 令和7年3月3日(月) 12時30分～17時

○場所 市内各地(サンエールよりバス発着)

○内容 企業見学

- ① 滝ダム管理事務所、② 独立行政法人エネルギー・金属鉱物資源機構 久慈国家石油備蓄基地事務所、③ (株)岩手村田製作所 久慈工場

○対象 どなたでも ※定員先着30名

○申込 2月26日(水)までにサンエールにTEL又はQRコードで申込

○費用 一人300円



※ 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。

～事業報告及びお知らせ等～

「ランニング教室（大人版）」～自主事業～

1月28日(火)に、陸上競技協会所属の新井谷先生を講師に、走らない大人向けランニング教室を開催。14名の参加でした。腹囲を凹ますエクササイズを中心に、ストレッチポールを活用した体のゆがみ矯正、耳のツボマッサージによる小顔効果、正しい姿勢による味覚改善効果等、美容と健康に繋がる、目から鱗が出るような面白い話を聞きながら、楽しくストレッチ等を学ぶことが出来ました。



「放課後子ども教室 寺子屋サンエール サポーター会議」

昨年6月13日(木)から始まった寺子屋は、12月19日(木)をもって、今年度の活動を終了しました。コーディネーターとサポーターが一堂に会し、今年度の活動をまとめたスライド写真を見ました。全部で25回の実施、あらためて、様々な活動をしてきたということを実感できました。一年間の活動を振り返り、反省し、そして来年度へ向けての改善点等を話し合いました。来年の寺子屋でも、活動をとおして、児童には、挨拶、礼儀、団体行動等を学んでもらいたいです。



「市民生涯学習のつどい」

2月9日(日)にアンバーホールで開催された「市民生涯学習のつどい」。各市民センターや利用団体毎に展示スペースが与えられ、綺麗に作品が展示されていました。長内市民センター利用団体とセンター事業で作った作品展示のブースも素晴らしく、見る人を魅了していました。舞台部門でもセンターで活動している団体が見事なパフォーマンスを見せてくれました。今後もセンターを活動の拠点とし、仲間と共に継続的に生涯学習に励んでもらいたいです。



～フォロー募集～

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。

