



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

生きがいつくり事業「発声・歌声交流会」参加者募集!

発声法を学びトレーニングすることで、腹式呼吸や表情筋を使い、全身の血流や嚥下能力も高まり、良いことづくし! 皆で歌で交流し、楽しみませんか?

○期 日 7月6日(月)・10日(金) (全2回)

○時 間 13:30~15:30

○場 所 長内市民センター 2階 相談室

○内 容 発声トレーニング、歌で交流

○講 師 河野 はる美 氏 (ボイストレーナー)

○持ち物 飲み物

○定 員 市民30人 先着順

○申 込 6月30日(火)までにサンエールにTEL又はQRコードで申込



リクエスト事業「腰痛予防体操」参加者募集

「腰痛予防に効く体操がしたい!」そんなリクエストにお応えして企画しました 講師は、身体のこと詳しい整骨院の先生です。奮ってご参加ください!

○期 日 6月30日(火)、7月14日(火) (全2回)

○時 間 16:15~17:15

○場 所 長内市民センター 2階 研修室

○内 容 腰痛予防に効く体操

○定 員 市民12人 先着順

○講 師 新井谷 潤 氏 (新井谷整骨院)

○持ち物 バスタオル、飲み物、汗拭タオル

○申 込 6月24日(水)までにサンエールにTEL又はQRコードで申込



《予告》長内わいわい体験塾第1回「シャワークライミング」

7月25日(土)に小学生以上を対象として行います。詳しくは7月15日号長内市民センター報をご覧ください

※ 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「放課後子ども教室「寺子屋サンエール」サポーター会議

5月21日、放課後子ども教室「寺子屋サンエール」サポーター会議を開き、今年度の長内小学校児童の活動希望内容、また、「挨拶ができるようになって欲しい」等保護者が期待する内容の共有を行いました。今年度は児童と共同で長内小学校の校庭と体育館を使用することから、ルールの確認も行いました。



また、「学校ではできないことをやらせてみたい」等、様々な意見が出て、今年度の活動内容について話し合いました。今年度も、楽しく、安全・安心な、地域で子供を育てる活動をしていきます。

放課後子ども教室「寺子屋サンエール」サポーター募集！

放課後子ども教室で子どもを見守るサポーターを募集しています。

興味がある方や「やってもいいな」と思う方は、長内市民センターへご連絡をお願いいたします。**見学だけでも大歓迎！**

- 活動日 6月18日から12月まで毎週木曜日 主に14:45～16:45
- 場所 長内小学校、長内市民センター
- 内容 長内小学校児童の見守り、活動の手伝い（月に2、3回）
- 謝礼金 1時間あたり950円の有償ボランティア
- 申込 随時、承ります

事業報告 じもとの魅力見つけ隊「宮沢賢治ゆかりの地巡り」

5月30日（土）、34人で花巻市の宮沢賢治ゆかりの地を巡りました。

賢治が教職を退職後、農耕自炊生活し、貧しい農民のために無償で肥料設計や稲作指導、器楽演奏を行った羅須地人協会や、直筆原稿、賢治のチェロ・バイオリン、実はベートーヴェンを真似て撮ったという茶目っ気のある横向きの写真等を宮沢賢治記念館で、宮沢賢治童話村、雨ニモマケズ詩碑・賢治が耕した下の畑を見学しました。

参加者は、飢饉で苦しむ農民の暮らしを明るくしようと尽力した賢治の気高い祈りや願いに触れ、「同じ岩手県人として誇りに思う」と語り、地元愛を深めました。



～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ワー登録をお願いします。

