令和８年（2026年）11月15日発行　　No.166

長内市民センター報

サンエール

編集発行
長内市民センター
TEL52-7400

長内活き活き振興協議会主催「長内町民卓球大会」参加者募集！



○日　時　令和8年12月13日（日）　9時～12時
○場　所　サンエールアリーナ
○対　象　長内町・川崎町の方（中学生以上）
○種　目
　1番：一般男子（年齢制限なし）
　2番：一般女子（年齢制限なし）
　3番：混合ダブルス（一般女子のみも可）（50代以上の男子も可）
　4番：一般女子（年齢制限なし）
　5番：一般男子（年齢制限なし）（男子のいない場合、女子でも可）
○チーム編成
　重複出場も認めますので、4名から参加可能
　例えば3番混合ダブルスの試合に、1番男子と2番女子や、2番女子と5番男子のような組み合わせのダブルス出場も可能
○申　込　12月9日（水）までにサンエールまで又は事務局田高さんへ電話（52-1333）

事業報告　生きがいづくり事業「羊毛フェルトばね口ポーチ作り」



9月4日、白岩知佳さんを講師に、14人で羊毛フェルトを使ったポーチ作りを行いました。参加者は各自、好きな色の羊毛を2色選び製作開始。シャンプーを入れたぬるま湯でこすったり何段階もの行程を経ていよいよ完成。

参加者はフェルトに水玉模様を入れたり、カラフルな刺繍糸でボタンを付けてワンポイントにしたりと、世界に1つだけの、温もりあるオリジナル作品を作り上げました。

事業報告　生きがいづくり事業（健康づくり）初心者向け社交ダンス

9月9日・16日、のべ24人で柴田恵子さんに社交ダンスを教えていただきました。

男性役の「リーダー」と女性役の「パートナー」に分かれ、ボックスルンバのステップや、スロー・スロー・クイック・クイックのリズムを踏むジルバの動きを習い、曲に合わせて踊りました。2回目の教室では、ジルバを踊る際、リーダーがパートナーの手を後ろで持ち替えて、リーダーとパートナーの位置を入れ替える動きを習いました。社交ダンスは運動になるだけでなく、頭の体操にもなります。初心者には難しい動作もありますが、それ故にできた時の喜びは大きく、参加者同士で手を取り合って喜びました。



※　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、Instagram等で掲載させていただく場合があります。

事業報告　長内わいわい体験塾「企業見学会」



10月19日、宇部煎餅店で一番新しい第3工場を 14 人で見学しました。この工場では、厚焼きピーナツ煎餅を製造しており、工場内はあま～い良い香りでいっぱい(^ｖ^)。

15kg の大きなマーガリンを人がカットするところや、生地とピーナツを型に入れて機械で焼くところ、はみだした煎餅の耳をカットする機械や梱包等を見学しました。

城内工場長から煎餅クイズを出していただき、「1日に使用する卵は何個?」、答えは「9,500 個」等、参加者は驚くとともに、地域産業への理解を深め、地元への愛着を深めることができました。

また、帰りには、この日を最後に渡れなくなる木の橋「新街橋」を渡り納めして帰りました。

事業報告　家庭教育事業「魚のさばき方・すしの作り方」



10月 31 日、東京で板前をしていた兼田久巳さんを講師に 17 人で開催。講師の美しい包丁さばきをお手本に、参加者は魚の 3 枚おろしに挑戦しました。

先生のように無駄の無いおろし方はなかなか難しく、骨に身が残ったり、皮がうまく取れなかったりしましたが、先生のサポートで少しずつ上達。

漬け丼のたれにしょっこの切り身を漬けたら次は握りに挑戦。キッチンペーパーでの練習の成果を本物のシャリで発揮します。

魚のアラとエビの頭と昆布でだしを取ったお吸いものの作り方や、包丁の研ぎ方等プロの技を学び、美味しいお寿司とお吸い物に、舌鼓を打ちました。

事業報告長内わいわい体験塾「和菓子づくり教室」



10月1日、24 人で、(有)みかわや製菓　三河茂友さんから、練りきりを使用した「コスモス」と「ハロウィンかぼちゃ」の2種類の和菓子の作り方を教わりました。

参加者は、指で押して花びらを作る繊細な作業に息をつめて緊張しながらも、それぞれの個性を出して作り上げました。



また、黄色とピンクの菊2種類と薄紫のアヤメの作り方を間近で見せていただき、参加者は和菓子職人の技に感心したり驚いたりし、実際、自分たちで作る際は、児童に地域の方が寄り添って教えるなど、地域の良い交流もできました。参加者皆、「楽しかったのでまたやりたい」と挙手しました。

【フォロワー募集】
長内市民センターでは、X 及び Instagram により事業の告知や報告等をしております。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