

宇部市民センターだより

平成30年(2018)2月1日発行
編集発行 宇部市民センター TEL 56-2706

【参加者募集】



【引き続き募集しております!!】

体を動かして、おしゃべりして健康を維持しましょう!!

高齢者講座「ニュースポーツ交流会」

暦の上では、間もなく立春ですが、ますます寒さが厳しくなっていて、外に出る機会が減り体を動かす機会がめっきり少なくなっていることと思います。

今月も市民センターに集まり、おしゃべりしながら、楽しく体を動かしましょう♪ ご都合のつくときだけの参加も可能です。 皆さんお誘い合わせて参加ください!!

- 1 日時 平成30年2月8日(木)、2月22日(木)、3月8日(木)
午前10時~11時30分(3月8日は、正午まで)
- 2 内容: ニュースポーツ(囲碁ボール、ローンボウルズの予定)
- 3 場所: 宇部市民センター 講堂
- 4 講師: 久慈市体育協会 久慈 順子 氏 他
- 5 持ち物: 運動できる服装、上履き、タオル、飲み物
- 6 申込み: 初めて参加する方のみ、前日までにお申し込みください。

【前回までの様子】 スポーツ吹き矢、ユニカール



平成29年度「市民生涯学習のつどい」のご案内



2月10日(土)~11日(日)にアンバーホールにおいて、「市民生涯学習のつどい」が開催されます。市内各地区の市民センター事業で制作した作品の展示や自主サークル団体の作品展示や実践発表(ステージ発表)があります。

宇部市民センターでは、「盆栽教室」、「バードカービング教室」、「地熱染色体験教室」、「マールアート教室」で作成した作品やセンター事業の活動の様子を写真で展示する予定です。また、市内で活動している団体の舞台発表もありますので、皆様お誘いあわせのうえお出かけください。

～市民センター事業から～ 「小正月行事」 ～餅つきとみずき飾りづくり～

1月13日（土）宇部市民センターの講堂で、宇部小学校の児童、老人クラブ・地域の皆さんなどが参加し「小正月行事」を開催しました。

地域の方からお借りした「うす」と「きね」を使い、子ども達を中心に餅つきをし、老人クラブや地域の方々から教わりながら作った色とりどりの団子やお餅、縁起の良い絵柄の「お飾り」を「みずき」に飾り楽しみました。また、空いた時間で手袋を使った人形づくりや福笑いして楽しい時間を過ごしました。

その後は、みんなでついたお餅をお好みで「きなこ」や「あんこ」とからめ、宇部むつみ会のみなさんが作ってくれた八杯汁と一緒に参加者全員でいただきました。とてもおいしくて、子ども達は何杯もおかわりしていました。ごちそう様でした。

今年も多くの皆様からご協力をいただき開催することが出来ました。ありがとうございました。

①お飾りを飾りつける



②お餅をつく



③団子をこねる



④団子をかざる



⑤大人もお餅をつく



⑥遠藤市長もお餅をつく



⑦福笑いで遊ぶ



⑧お餅、八杯汁をいただく



宇部地区定期健康相談日（宇部市民センター） 2月22日（木） 10:00～12:00

上記の相談日以外でも、個別に訪問してお話を伺いますのでお気軽に久慈市保健推進課（Tel61-3315）までご連絡ください。

久喜・小袖地区サロンのご案内 ～皆さん誘い合って、ご参加ください!!～

◎小袖地区

☆日時 平成30年2月22日（木） 13:30～15:00
☆場所 小袖漁村センター
☆内容 血圧測定、健康相談、語り合い、レク活動、ちょこっと体操

◎久喜地区

☆日時 平成30年2月26日（月） 13:30～15:00
☆場所 久喜地区防災センター
☆内容 健康づくりハウス
食事、アルコール、こころの健康などの各コーナーをまわって、体験しながら楽しく学べるサロンです。

○食べて元気になろう会

★日時 2月22日（木） 10:00～13:00 ★場所 市民センター調理室
★内容 ポテトコロッケ、栗ごはん、フキの炒め煮 他 ★持ち物 材料代、米1合