

# 油川市民センター だより

発行 青森市油川市民センター

〒038-0058 青森市羽白字池上 197-1

TEL 017-788-1201

FAX 017-788-5972



## 家庭でできるソフト整体

7月2日～16日まで、3回シリーズで開催された講座です。

講師は神一男さん。(財)全国療術研究財団健康管理士一般指導員講師であり、青森市沖館で治療院を開業されています。

30分程度の講義では、骨格模型を見せながら健康増進につながる秘訣を、津軽弁を交えてわかりやすく解説してくれました。



ソフト整体とは、荒療治というイメージがあるかもしれませんが、苦痛を伴うことなしに体のゆがみを直すもの。

実技では、先生の指導を受け、二人一組でマッサージのやり方を習いました。簡単なマッサージで、痛みが消えたり、背骨のゆがみが直ったり、膝・足の動きにくさが改善されたりと効果てき面の講座でした。

## バルーンアート教室

7月24日に開催された講座です。

講師は柴田知弘・理香ご夫妻。

バルーンアート歴は10年以上。

合浦公園の秋祭りに管理事務所の知人に依頼されて、バルーン

アート作りで参加して6年程に

なるとのことでした。油川市民センターでの講座

は今年が初めてです。

この日の参加者は小学生4名と保護者の方3

名。まず、最初はバルーンアートの基本となる犬

を作りました。次は、おすすめしているウサギ。

剣と作っていきました。「ちょっとやさそつでは、

風船は割れませんから。」と声かけしながら指導さ

れていました。

子どもたちは

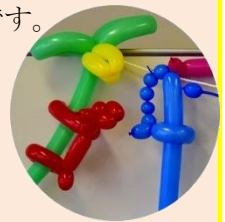
「ちょっと、難

しかったけれど、

楽しく作れた。」

と話してくれま

した。



## 講座、市民センターまつりのご案内

楽しい催し物、  
いっぱいです!

当センターが本年度新たに企画し実施する、おすすめ  
の講座です。是非、ご参加ください。

<講座名> **元気いきいき ロコモ運動**

<ねらい> 現在の自分自身の体力を維持し続けるため  
の、家庭で気軽にできる運動を習得します。

<実施日時> 11月5日(木)、12日(木)、19日(木)  
10:00~12:00

<講師> 相馬 かほる 氏

※お問合せ、お申込みは油川市民センターまで。

※広報あおもり、市のホームページにも掲載予定です。

## 油川市民センターまつり

<開催日時>

10月10日(土) 10:00~16:00

10月11日(日) 10:00~15:30

<主な催し(予定)>

- ・サークル、団体による  
芸能発表や作品展示
- ・フリーマーケット
- ・体験コーナー(ちぎり絵等)





油川市民センターではこんな団体やサークルが活動しています！

## 団体・サークル紹介

### 新舞踊 玖龍舞の会

油川市民センターができた平成10年から活動を続けています。新舞踊の魅力は、好きな曲に振り付けをして楽しく踊ること。油川市民センターまつりや敬老会、油川子どもねぶた合同運行での流し踊りなどが発表の機会です。

会では油川音頭の普及活動にも力を入れています。油川音頭は昭和9年油川飛行場の完成祝賀会に合わせて作られ歌詞が残されていました。それに大友久美子さんが平成15年に曲と振り付けをし、盆踊りとして踊れるようになりました。

油川地区では盆踊りを開催している町会も数少なくなりました。そのため、今年は油川市民センターを会場に8月15日にNPOおいでよあぶらかわ会が主催する盆踊りを開催し大変盛り上がりしました。今後、油川全体に盆踊りの輪が広がることを願っています。



■代表者：蝦名 良子  
■活動日時：毎週火曜日 13:00～17:00

### PKJパワフルキッズジャズダンス

Pはパワフル、Kはキッズ、Jはジャズダンスを表しています。結成は平成10年。当時、油川市民センターの職員だった渡辺さんが、講師の相馬かほるさんに「子どもたちにダンスを教えることはできないか。」ということで、講座を開講し、それがサークル活動につながりました。現在の会員は17名、市内数校の小学生、中学生が活動しています。毎年、数名の入れ替わりがありながら、ここまで続けているのは、お母さん方を中心としたサポートスタッフの支援が大きいことでしょう。



発表の場は、安瀉みなとまつりダンスフェスタ、ねぶた前夜祭など。413キャンペーン記念イベントにも出演しました。「だれでも、楽しく、踊れるようにします」と相馬先生は話してくれました。見学、体験、入会は随時受け付けています。

■代表者：渡辺 慶隆  
■活動日時：毎週土曜日 15:00～17:00

## 413キャンペーン記念イベントが開催されました！



約900点の応募作品の中から選ばれました。このロゴマークは、市民センター・公民館を中心とした社会教育活動の充実を目指すキャッチフレーズ「4(知ろう)1(行こう)3(参加しよう)」をデザイン化したものです。

7月20日、リンクステーションホール青森を会場にして413キャンペーン記念イベントが開催されました。参加者数は約1,000人。

このイベントは、市民の皆さんの公民館・市民センターを利用した学習活動がますます活発になることを期待してのものです。

大ホールでは413キャンペーンロゴマーク表彰式、各公民館・市民センターで活動するサークル・団体の発表、鹿内青森市長、月永青森市教育委員会教育長、内海隆青森公立大学教授、伊奈かっぺいさんの4氏によるトークセッション等が行われました。



また、2階ロビー・ホワイエでは、各公民館・市民センターの講座やサークル活動の様子がパネルや作品で紹介され、会場を訪れた多くの人々の目を引いていました。



**編集後記** 「市民センターだより」が青森市のホームページで閲覧できるようになりました。『市民センターだより青森市』と検索するとヒットします。ぜひ、ご覧になってください。

よろしくお祈りします。油川市民センター担当：田中、渡邊

〈取材・編集〉

青森市中央市民センター1F

青森市生涯学習推進員室

TEL 017-734-0164 (内線36)