

一戸地区センターだより

のへのへもへじ

令和6年3月27日

■発行 一戸地区センター ☎33-4861
〒028-5311 高善寺字大川鉢 24-9

令和6年1月～3月に一戸地区センターが行った主なイベントや行事の様子をお知らせします。

町民セミナー修了式

いちのへ町民セミナーの終了式が1月20日に開催されました。ヘラルポニーの矢野智美さんを講師に迎え、「異彩を、放て。」についてお話ししていただきました。

さて、今年度のセミナーはいかがだったでしょうか。今年度は共通・各地区コース・特別講座合わせて25講座を実施しました。印象に残った講座はありましたか？

来年度も体験活動や生活のためになる講座を計画していきます。楽しみに！



ちょこっと運動教室

ちょこっと運動教室を2月13日から3月26日まで（毎週火曜日）全7回開催しました。参加いただいた延べ人数は116名。1週間に1回1時間だけの運動でしたが、講師のNPOスポーツウェルネス職員の伊藤さんのちょこっとためになる運動の話も聞けました。「速歩（そくほ）」が最近の流行だそうです。写真は初回（左）と最終回（右）。全7回を通して自分の体で変わった部分はあったでしょうか。今年度はこれで終わりですが、運動する習慣を身に付けていきたいですね。



古着リメイク講座（町民セミナーで延期していたもの）



延期していた古着リメイク講座を2月20日に開催しました。

講師は岩手県環境アドバイザーの小赤澤直子さんをお願いしました。

当日は講師が持参したたくさんのリメイクされた服を着てみたり、参加者が持参した着物を切って途中までリメイクしたりと各々楽しんでいる様子でした。

スマホ教室～発展編～

スマホ教室～発展編～を3月12日、13日に実施しました。2日間で計22名の方に参加いただきました。少し内容が難しかったようでしたが、「便利だなあ」の声も時より聞こえてきました。



一戸地区センター避難訓練

3月26日に一戸地区センターの避難訓練を実施しました。今回は2階の料理実習室が火元の訓練でした。職員全員で動きや避難経路を確認しました。訓練に参加していただいた、利用者の皆様ありがとうございました。

訓練後は、消火器の使用方法を確認しました。

