

# 水天子 よこちゃん

横内市民センターだより

発行 青森市横内市民センター  
〒030-0132 青森市横内字亀井 28-2  
TEL 017-738-8723  
FAX 017-738-8726

## 横内市民センターまつり 4年ぶりの開催 11月5日(日)



### 4年ぶりの開催に、スタッフ一同大張り切り

まつり開催に当たって、展示コーナーやゲームコーナー、展示販売、軽食販売等のスタッフや各団体の担当の方などたくさんの方々が笑顔で楽しそうに準備を進めていました。9時半、館山義光横内市民センターまつり実行委員長と平岡正横内市民センター館長の挨拶で4年ぶりのセンターまつりがスタートしました。

### イベント満載のセンターまつり

横内小中学校の子ども作品や市民大学・各サークル・地域住民の作品展示、軽食販売、喫茶コーナー、陶芸作品展示販売、ゲームコーナー、バザー等のイベントが盛りだくさん。おいでになった地域の皆さんは、館内をじっくりと見て回っていました。芸能発表は、アンコールが出るほど盛況でした。

### 芸能発表から



舞踊



レクダンス



詩吟



津軽三味線演奏とそれに合わせて踊る観客



太極拳

### 展示発表から



横内小学校 児童の作品



横内中学校 生徒の作品



市民大学の作品

### 健康講座

午前部の芸能発表に引き続き、体育館ステージ上で、県立中央病院による「健康講座～笑いながら健康運動」が行われました。講師の西村司さんの指導の下、実際にストレッチ、筋トレを行いました。西村さんは、ユーモアを交えて「座っている以外はすべて運動、運動は魔法のくすり」とお話しました。その後、色々な強弱のスクワットや血管伸ばしストレッチなどを行いました。「短時間の運動の進め方」ということで、運動ごとに10秒の休みを入れて①足踏み②スクワット③パンチの動き④膝タッチのタバタ式4分運動をやりました。11時から1時間半の講座で十分に体を動かしました。楽しい雰囲気の中で進められ参加したシニアの方には大変好評でした。



講師の指導でストレッチをする参加者



裁判を身近で分かりやすいものにし、裁判に国民の視点・感覚を反映させるという趣旨で、平成21年5月に開始された裁判員制度をよく知ってもらおうということで、裁判員制度出前講義が青森地方裁判所刑事部 裁判官の早川謙児さんを講師に60代70代の男女9人が参加して開催されました。

### 「法律」と「証拠」に基づく公正で公平な裁判

まず初めに、裁判所の仕事は、「法律」と「証拠」に基づく公正で公平な裁判をすることと説明がありました。裁判所の種類、裁判所で働く人たち、刑事事件の手続きの流れ、起訴から裁判が始まるまでの流れ、法廷での手続きの流れ等についての解説があり、参加者から質問があると早坂さんは丁寧に答えていました。裁判官は、全国に約3500人、青森県内には22人いて、裁判は、裁判官1人又は3人（裁判長、右陪席、左陪席）で行われることや、3人で結論を出すときは、1人1票で投票すると説明がありました。

参加者からは、「とても勉強になりました。裁判が身近になりました。裁判員になることが嫌だという思いが強かったのですが、少しくなりました。」等の感想がありました。

裁判員に選任されるのは、だいたい1万5200人に1人  
裁判員制度では、裁判員6名（と補充裁判員）が、裁判官3人と一緒に法廷に立ち会い、評議（話し合い）をして、有罪、無罪や刑の内容を決めます。一定の重大事件が対象ということでした。裁判員に選任されるのは、選挙権のある方約1億人のうち、だいたい1万5200人に1人という割合です。裁判員を辞退できる場合や裁判員の負担の実際についても説明がありました。



【熱心に説明を聞く参加者】

市民センターより

## 青森市民大学最高齢・齋藤弘さん(91歳)

青森市民大学・大学院の在籍者345名の最高齢、横内校の齋藤弘さんの紹介です！

保育士や書道の先生をしていた弘さん、先日行われた市民センターまつりには120cmサイズの書道作品を出品、まつり会場では金券と品物の交換などお手伝いしてくださいました。健康の秘訣は「よく食べ、よく眠り、よく歌うこと！」だそうです。12/10の青森第九の演奏会にも合唱メンバーとして参加するそうです！



## お勧め講座・イベントのご案内！ (1~2月)

### ～お菓子作り教室モエールショコラ～

開催日：1月20日（土）10時～13時  
対象：18歳以上  
講師：スイーツスペシャリスト 渡邊 初子  
会場：調理室  
定員：12名  
参加費：2,500円  
準備物：エプロン・三角巾・筆記用具  
持帰り用容器 30cm×30cm以上



### ～卒業・入学式に華を添える ガーゼ作り（アーティフィシャルフラワー）ケース付～

開催日：2月3日（土）10時～12時  
対象：18歳以上  
講師：アトリエ ミュゲ 代表 神 幸代  
会場：大会議室  
定員：15名  
参加費：1,500円  
準備物：なし



### 編集後記

4年ぶりに開催された市民センターまつりでは、市民の皆様の芸能発表や作品展から、熱い思いがひしひしと感じられました。生涯学習活動に熱心に取り組んできた市民の皆様の意識の高さを感じます。今後も紙面をとおして様々な学習活動の様子を発信していきたいと思っております。

〈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）  
横内市民センター担当：須藤、横内