

おおのタイムズ

大野市民センターだより

発行 青森市大野市民センター
〒030-0852 青森市大野字若宮 71
TEL 017-739-6228
FAX 017-739-6248

大野市民センターまつり盛大に開催 10月26日(土)



全員で ドダレバチサンバ



リズムダンス 飛んでけ花笠



鼓笛 大野保育園さくら組

10月26日(土)に大野市民センターまつりが開催されました。屋外では野菜販売。展示では小物づくりや陶芸、パッチワーク。体育館では健康相談コーナー、フリーマーケット、餅つき大会。午後からの芸能発表では社交ダンス、リズムダンス、カラオケなどの演目が披露され、恒例のドダレバチサンバを全員で踊ってのフィナーレでした。



炭坑節



津軽弁むかしっこ語り



笛とベースの狂演



ルンバ さつき会



大正琴薔薇の会



餅つき大会



健康相談コーナー



リズムダンス 春よこい



パッチワーク



煎茶会



フリーマーケット



陶芸



野菜販売特設会場



カラオケ 市民大学OB会、大野歌謡サークル、南金沢町会



ぬくもりの会

10月29日に大野市民センターで、8人の参加者を得て講座「第2弾！フレイル予防～TVゲームでボウリング」を開催しました。講師は、大野第二元気シニアクラブ会長の蔦谷博光さんです。高齢者率が高い大野地区の健康増進を図る目的で健康に関する講座を3回用意している2回目でした。タイトル通り「TVゲームでボウリング」をしました。任天堂のスイッチというソフトを使って蔦谷講師が、ボタン操作でボールの軌道と立つ位置が決まること、ボタンを押したまま投げること、腕の振り方（左右、スピード）によって画面のボールのコースが決まることを説明し、一人2フレームの練習をしました。その後、4人1組の2チームに分かれ、対抗戦（結果2勝2敗）を行いました。最初は上手く投げられず不満顔でしたが、コツを掴むにつれ、ヘッドピンに当たるようになり、スペアやストライクが出る度に拍手や歓声が上がりました。同じストライクでもピンアクションやピンのはじける音がすべて異なり、まさにボウリング場にいるような臨場感です。適度な運動量が見込め、喜怒哀楽を素直に表現できる「TVゲームスポーツ」は、高齢者のフレイル予防に効果があると感じました。ソフトには他にもテニス、バレーボール、サッカーなどもあるとのこと、第3弾も期待していま～す！



画面のストライク（左）と称える拍手

市民センターから

10月26日（土）今年も大野市民センターまつりが無事開催されました。コロナ5類移行後、初の開催ということもあり、朝から多くの市民の皆様が遊びに来てくださいました。餅つき大会やゲームコーナー・作品展示会に芸能発表会など多くの催し物にお子様から高齢の方まで幅広い世代の方々に楽しんで頂けたかと思えます。特に餅つき大会や芸能発表の会では、参加者全員一体となり会場は大いに賑わっておりまして。ご参加・ご協力してくださいました皆様、本当にありがとうございました。



お勧め講座・イベントのご案内！ (2～3月)

青森港と町づくりについて

開催日：2月4日（火） 13：00～15：00
講 師：青森市民図書館歴史資料室
室長 工藤 大輔
会 場：大会議室
定 員：20人（18歳以上）
参加費：無料
準備物：筆記用具
★港と町づくり、
果たしてどの
ような内容に…！？



ストレスとの上手な付き合い方について

開催日：3月4日（火） 13：00～15：00
講 師：健康づくり推進課
会 場：大会議室
定 員：15人（18歳以上）
参加費：無料
準備物：筆記用具



★現代社会では必須技能と言っても過言ではない
スキル。ぜひ知っておきたいですね！

編集後記

第3号では、市民センターまつりの様子を一面で紹介しました。芸能発表や展示された作品はレベルが高く、学びの質の高さを感じます。取材を通して、学び続けることがいかに大切かを感じました。市民の皆様への学びの様子を今後とも様々な形で情報発信していきたいと思えます。

〈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）
大野市民センター担当：田中、奈良原