

# 松尾コミセンだより

No.158 2024/4/4 発行  
発行:松尾コミュニティセンター  
☎ :0195-76-3235  
【休館日】第1・3日曜日、祝日  
※他日曜日は夜間休館

SNSでも情報を発信しています!➡



## 新年度のご挨拶

～令和6年度もよろしくお祈いします～

いつも松尾コミュニティセンターをご利用いただき、ありがとうございます。

昨年度は皆様に大変お世話になりました。おかげさまでたくさんの方に参加していただき、コロナ禍の時よりも賑わいが戻ったように思います。今年度はさらに地域が盛り上がるよう職員一同頑張っておりますので、よろしくお祈いいたします。

松尾コミュニティセンターの今年度の事業は下記のとおり計画しています。各種講座及び松尾輝楽大学の内容は随時コミセンだよりで発信いたしますので、ご確認ください。

【令和6年度 松尾コミセン事業計画】※状況により時期や内容が変更になる場合があります。

- ◆コミセン行事・・ふれあいまつり… 11月9日(土)～11月10日(日)
- ◆青少年・・映画会、スポーツ体験など
- ◆成人・女性・・トレッキング 料理講座 手芸講座 移動講座 など
- ◆高齢者教育・・松尾輝楽大学
- ◆体育事業・・ノルディックウォーキング ペタンク大会 など



## スポーツ事業

## ノルディックウォーキング教室

松尾コミュニティセンターでは、スポーツ事業として「ノルディックウォーキング教室」を開催します。2本のポールを使って歩くノルディックウォーキングは、単純なウォーキングよりも高い運動効果を得られるのでおすすめです!ポールで体を支えるため、足腰に不安がある人でも軽い負担で行えます。

桜を眺めながら一緒に歩いてみませんか?ぜひ気軽に参加してください(^o^)/

- |    |   |                                     |  |   |
|----|---|-------------------------------------|--|---|
| ■日 | 時 | 令和6年4月24日(水)<br>10:00～11:30         |  |   |
| ■場 | 所 | 松尾コミュニティセンター玄関前集合<br>※松尾コミセン周辺を歩きます |  |   |
| ■講 | 師 | 藤嶋 洸 氏 (体育協会職員)                     |  |   |
| ■参 | 加 | 料                                   | 無料                                       |   |
| ■持 | 物 | 飲み物 タオル 動きやすい服装・靴 上履き(雨天時)          |  |   |
| ■雨 | 天 | 時                                   | 小雨決行。<br>大雨などの場合は松尾総合運動公園(アリーナまつお)で行います。 |   |
| ■申 | 込 | 期                                   | 限  | 4月22日(月)午前中まで<br>定員10人になり次第締め切り ☎76-3235<br>※申込みの際は、参加されるご本人がお電話ください。<br><u>住所・連絡先をお聞きます。</u> |



自然体験講座として、青森県八戸市でみちのく潮風トレイルを行います。

東日本大震災で大きな被害を受けた、東北太平洋沿岸。その復興のシンボルとして整備されているのが、青森県八戸市の蕪島から福島県相馬市松川浦までをつなぐ、総距離 1,000 km を超える ロングトレイル「みちのく潮風トレイル」です。

今回のコースは、蕪島神社～種差天然芝生地までの海岸沿いを現地ガイドさんと一緒に歩きます。三陸復興国立公園の中でも、絶景の宝庫と言われる種差海岸と一緒に歩いてみませんか？

↓↓ 興味がある方は下記をチェック♪ ↓↓

■月 日 令和 6 年 5 月 17 日 (金)

■日 程 6:45 出発 鉱山資料館(柏台) ⇒ 7:05 出発 松尾コミセン  
7:10 出発 JA 新いわて旧松尾中央支所  
8:50～13:00 みちのく潮風トレイル (約 4 時間 10 分)  
16:50～ 順次乗車場所着

■講 師 種差観光協会

■定 員 30 名

■参加料 3,000円 (バス代と昼食代)

■持 物 トレイルに適した服装・靴 防寒着 帽子 手袋 雨具 飲み物 など  
昼食はこちらでお弁当を用意しています。種差海岸芝生地で食べる予定ですので、必要な方は敷物などをお持ちください。

■雨天時 小雨決行。

大雨などの場合は種差観光協会さんが八戸市を案内してくれます。

■申 込 4月11日(木)9:00 から 5月10日(金)12:00 まで

定員 30 人になり次第締め切り。

電話またはコミセン窓口でお申込みください。☎76-3235

※1 松尾地区の方優先となります。

※2 申し込みの際は、参加されるご本人がお電話ください。

住所・連絡先・食べ物のアレルギーの有無をお聞きます。



## お知らせ



## 休館日について



5月1日(水)～5月6日(月)まで、館内清掃が入るため終日休館となります。  
これに伴い、図書室も休館となりますので、返却本がある場合は市立図書館に返却してください。  
ご不便をおかけしますが、皆さまのご理解とご協力をお願いいたします。