

# 東部市民センターだより

青森市東部市民センター  
〒030-0921 青森市原別 3-8-1  
TEL 017-736-6255  
FAX 017-736-6259

## 講座レポート

### 千葉伸子先生の「親子で作る秋のスイーツ」(10/7)

ママと一緒に作ったかぼちゃのモンブランケーキを手にする笑顔の参加者。後列中央が、講師の千葉伸子さん。



今回は、10月7日(土)開催したセンター講座「親子で作る秋のスイーツ」をご紹介します。

この日は、小学生の女の子とお母さん6組が「かぼちゃのモンブランと秋のフルーツパンナコッタ」づくりにチャレンジしました。

東京銀座でパティシエの経歴を持つ千葉伸子さんを講師に迎え、参加者の自己紹介後、講師から調理のコツと注意点を聞きスタートしました。

「かぼちゃのモンブラン」づくりでは、かぼちゃを切ったり、生クリームを氷水にあてながら泡立て、スポンジケーキに塗りしました。

千葉先生のクリームの絞りは大きな拍手が沸き上がり、子ども達がチャレンジしました。

かぼちゃクリームをモンブランの口金を付けた絞り袋に入れてゆっくり絞ったら、かぼちゃのモンブランの完成です。

また、「秋のフルーツパンナコッタ」づくりでは、粉ゼラチンを水に混ぜ牛乳や砂糖等を入れ火にかけ、そして冷蔵庫で冷やし、固まったら柿とシャインマスカットのフルーツを飾り付けて完成です。

蝦名愛梨さん(小学6年生)は、「とても楽しく、参加して良かった。家族で食べるのが楽しみ！」と話していました。

講師の千葉伸子先生は、東京銀座でパティシエの経歴を持つ、お菓子作りのプロです。



## 東部地区「主な施設の年末年始休館日など」



### ◆支所・情報コーナー(3ヶ所)

【休】12/29~1/3  
⇒1/4(木)8:30~窓口通常開設  
・原別支所(726-3102)  
・野内支所(752-2130)  
・東岳情報コーナー(726-3230)

### ◆郵便局(3局)

【休】12/30~1/3  
⇒1/4(木)9:00~通常営業  
・原別郵便局(736-2136)  
・野内郵便局(726-2221)  
・久栗坂郵便局(752-3260)

### ◆観光施設

・浅虫水族館(752-3377)年中無休/9:00~17:00  
・ゆ〜さ浅虫(737-5151)年中無休/9:00 開館(展望浴場は 7:00~)

### ◆小中学校(4校)

冬休み 12/23(土)~1/14(日)

・原別、野内、東陽小学校  
・東中学校

### ◆児童館(2館)

【休】12/29~1/3  
⇒1/4(水)8:00~通常どおり開設  
・野内(726-2234)  
・平新田(726-7376)



## 東部市民センター

◆当センターの年末年始の休館日は下記のとおりです。

なお、休館中の本の返却はアウガ1階と市役所本庁舎エントラスホール内のブックポストをご利用ください。

### 【休館日】

12/29(金)~1/3(水)

\*4日(木)は、9:00から開館します。



## 冬休み中のご利用を！ 「図書室と地区学習室」

図書室には、蔵書が約2,700冊あり、月に2～3回、新着本や企画本などの入れ替えを行っています。本の貸出しは一人10冊までを15日間借りることができる(登録が必要)ほか、備付けのパソコンで希望する本

**図書室は 20:00、地区学習室は  
17:00 まで利用できます。**

の検索や市民図書館など、当センター以外から借りた本の返却もできます。また、冬休み期間中は1Fの小会議室を団体利用の無い時に「地区学習室」として開放しますので、冬休み中の学習に図書室と地区学習室をご利用ください。



1Fの図書室

## 冬期間の体力づくりに！

### 体育館を一般開放

**土曜日と日曜日**



◆土曜と日曜日の9:00～17:00 は地域の皆さんに「体育館を開放」しています。友達やご家族で！

利用種目は卓球とバトミントン

区分	9:00-13:00	13:00-17:00
土曜日	卓球	バトミントン
日曜日	バトミントン	卓球

◆利用にあたって

- ・予約は出来ません。当日センター窓口でお申込みください。
- ・ラケット等の用具は持参。
- ・利用は2時間以内。
- ・小学生以下は保護者同伴。
- ・センターの事業等で利用できない場合がありますので、事前にご確認ください。



## 心と体が元気に 心ひとつに歌を楽しむ

みんな楽しく笑顔で歌っています。これが、脳の活性化やフレイル予防にも効果があると思えます。」と、また会員の阿部さんは「月2回の練習が楽しみで、大きな声で歌うと心身がリフレッシュされますよ。」と話しています。

「うたごえサークル」は、令和2年4月に歌を楽しみながら地域住民との交流を図ろうと活動をスタート。現在は26名が集い月2回(第1・3木曜)午前に、指揮を岩岡敦子さん、ピアノ伴奏に増田ゆかりさんを迎え練習しています。



## サークル紹介 うたごえサークル



明るく元気な「うたごえサークル」の皆さん。前列の右が代表の櫻庭さん左二人目が指揮の岩間さん。2列目左が伴奏の増田さん。

会員は随時募集していますが、特に男性は大歓迎で、お気軽に遊びに来てくださいます。青い山脈や四季の歌、この広い野原いっぱい、もみじなど「歌って楽しく、健康に！」をテーマに活動を続けるうたごえサークル。あなたも仲間になってみませんか。きつと歌のあふれる楽しい日々が待っていますよ。問合せは阿部さん(電話736-6563)へ。

### 編集後記

市民の皆様の学びの一助になることを願い、センターだよりを発行しています。今年最後の第3号では、東部地区の主な施設の年末年始の休館日情報などを掲載しました。来年も市民の皆様の生涯学習に役立つ情報や学習活動の様子を発信していきたいと思ひます。

〈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)

東部市民センター担当：須藤、横内