

はるかぜだより

令和3年3月1日号

東風コミュニティセンター『はるかぜ』
糸島市潤四丁目10番2号
TEL・FAX 321-1114
harukaze.k@city.itoshima.lg.jp
休館日：毎週月曜日・年末・年始



はるかぜロビーにひな人形飾り



今年も恒例のひな人形が来館者の皆様を楽しませて
くれています。校区の方が寄贈したひな人形を校区在
住の池田桂子さんが飾り付けてくれました。
近年はおひな様とお内裏様だけのひな人形が多く、歌
にでてくる三人官女や五人囃子、右大臣や左大臣など
を初めてみる子どもも多く、大変喜ばれています。
この3月中旬まで飾る予定にしています。

ギックリ腰 注意報発令

保健師コラム第9号

暖かくなり、活動が増える春に
“ギックリ腰”を発症する人が
増えてきます。

ギックリ腰(急性腰痛症)は、
年齢問わず予期せず起こるため、
日常生活や仕事にまで支障をきた
します。



欧米では、“魔女の一撃”
と言われることも…

予防法

中腰を
避ける!!
股関節や膝
を曲げる
習慣を!!

運動

習慣!!
腹筋・背筋
をつけて、
腰部を守り
ましょう。



柔軟性は貯蓄で
きません。

日頃から、
腰や太もも裏の
ストレッチを
しましょう!!



問い合わせ：糸島市役所健康づくり課 ☎332-2069
校区担当：山本・前田・大歯・井上

3月の ～はるかぜ情報～

日	曜日	内容
3/13	土	東風校区運営協議会 理事会
3/13	土	センター運営審議会
3/14	日	定期清掃(全館)
3/16	火	学校施設利用調整会議
3/17	水	東風小卒業式

《センター利用のお願い》

- 来館される際には、検温の上、マスク着用でお越しく下さい。
- 利用された団体は各自で当日の利用者名簿の作成をお願いします。
- コロナウィルス感染防止のため、会議等につきましては急に変更または中止になることもあります。

《利用の申請について》

東風センターの利用を希望される方(団体)は、部屋の空き状況をお電話等でご確認いただき、前日までに申請書の提出をお願いします。(夜間の申請は必ず3日前までに。)
東風コミュニティセンター
はるかぜ ☎321-1114



東風 HP



令和2年度センター主催 講座開催の様子

教養講座



野方春人さんを講師に迎え
年間5回開催。
12月は野方由喜子さんの
ピアノ演奏がありました。



まちづくり講座



浦志東在住の小島議員との懇談会。
新庁舎建設・運動公園整備等の話を
聞きました。

JA 糸島古藤俊二さんの講座
「野菜・お花の上手な育て方」

学校外促進事業



星空ナビゲーターさんによる
夏の星空観望会



健康づくり講座



ウォーキングでは福吉(白山神社)や唐津市内(宝当神社)などへ行きました。次年度も開催予定です！

今年度はコロナ禍により多くのセンター講座も中止となりました。
次年度は工夫を凝らしながら、皆さんの参加できる催しを模索していきます！
はるかぜだよりで募集やお知らせを掲載しますのでよろしくお願い致します。



リサイクル倉庫の利用について

※回収できないものにご注意ください！
倉庫の利用 午前9時～午後5時 月曜以外

○回収できる物○

ダンボール	新聞紙・広告ちらし	古本・雑誌
～紐などで縛る～		
古布	アルミ缶	びん類(リターナブル)
		緑・茶の一升瓶
		ビール 一升瓶

※回収できない物※

ぬいぐるみ	くつ	食器類
羽毛布団・毛布・まくら	スチール缶	
	びん類	
ジュース	ワイン	ウイスキー
		青・黒・透明な一升瓶、5合瓶