

はるかぜだより

令和5年11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



第17回九州大学留学生交流会

九州大学留学生交流会。今年は13名の留学生が東風校区にやってきます。皆様もぜひ、東風校区の国際交流にご参加ください。

- ◆日時 11月5日(日)
12時40分～16時50分終了予定
- ◆会場 東風コミュニティセンター 大ホール
// センター 前広場

【おもな内容】

≪開会セレモニー 12:40～≫

≪イベントと交流≫

- 糸島二丈絆太鼓 13:10～
- 留学生と交流餅つき 13:30～
- 東風小児童との交流 15:00～

≪閉会セレモニー 16:35～≫

【主催：青少年育成東風校区民会議】



11月の予定



日	曜	内容
5	日	九州大学留学生交流会
8	水	市同協東風支部 「大人の修学旅行」
15	水	ハッピーシニア 講座 「五目お手玉」
18	土	九大ジャズコンサート
19	日	秋季球技大会 「グラウンドゴルフ大会」
26	日	はるかぜ音楽祭



はるかぜ音楽祭

今年も東風校区に素敵な音楽を届けます！

日時 11月26日(日)14時～16時
会場 東風コミュニティセンター大ホール
定員 120名(事前予約不要)

校区民ステージ (14時～14時15分)

出演者 「振袖愛好会」

ゲストステージ (14時30分～16時)

出演者 「タンゴ三姉妹 + (プラス)」

- ♪ ラ・クンパルシータ
- ♪ リベルタンゴ
- ♪ やさしさに包まれたなら 他



ピアノ
Naomi



バンドネオン
Yukie



ヴァイオリン
Sakura

九州大学 ジャズコンサート

11/18(土)

恒例となっている九州大学ジャズ研究会のジャズコンサート。事前予約は不要です。お誘いあわせの上、お越しください。

日時 11月18日(土)
開場 13時 13時30分~16時
会場 東風コミュニティセンター大ホール
定員 120名(事前申し込み不要)
参加 無料



人権映画祭

12/2(土)

日時 12月2日(土)
10時上映(開場9時30分)
会場 東風コミュニティセンター 大ホール
定員 120名(事前申し込み不要)
参加 無料



“二人の母とひとりの子が織りなす骨太のヒューマンドラマ”

【主な出演者】

貫地谷しほり
山田 真歩
永井 大
川口 覚
木内 みどり
他

詳しくは市同協だより第45号をご覧ください

2019 長島大陸映画実行委員会 写真提供

~講座案内と募集~

申し込み:東風コミュニティセンター(321-1114)
受付時間:8時30分~17時(月曜休館)

健やかライフ講座

「お正月飾り」

とっても
かわいい

日時 12月6日(水) 10時~12時
12月7日(木) 10時~12時

※2日間で作り上げます。

※1日だけ参加の時は先生が仕上げて渡します。

会場 東風コミュニティセンター 談話室

講師 大里久子さん

定員 10名(先着順)

材料費 800円

申込締切 11月19日(日)

持ってくる物 かぎ針(4号)
はさみ



先生の手づくり
キットを使って
簡単に!

生活の乱れ = 免疫力の低下

健康コラム第41号

生活の乱れは、免疫力を低下させる原因です。寒くなるにつれて、免疫力が低下し、インフルエンザなどの感染症にかかりやすくなります。免疫力の維持・向上に取り組みましょう。

❌ 免疫力低下! NG 生活習慣

- 偏った食事
→ バランスの良い食事を心がける
- 睡眠不足
→ 寝る前のスマホ使用は睡眠に悪影響
- 運動不足
→ 息切れしない程度の運動でOK
- ストレスが溜まっている
→ ストレス解消のための、暴飲暴食、過度な飲酒は逆効果

インフルエンザの予防接種はお済ですか?

予防接種も免疫力を高める方法の一つです。高齢者インフルエンザ予防接種については、広報いとしま 10月号をご覧ください。



問合せ: 糸島市健康づくり課

☎ 332-2069

東風小学校 5年生の稲刈り

10月19日(木)、東風小学校5年生が6月に苗を植えた田んぼで、「カマ」を使いながらたわわに実った稲を収穫しました。

稲刈りの指導は、田中幸成さん、林一磨さん、区長会のみなさんが行い、子どもたちは日頃できないようなことを体験しました。この日の稲刈りはよい思い出となったことでしょう。

