

怡土 せんだん だより

令和2年

8月

いとひめ



怡土コミュニティセンター [せんだん]

糸島市井原916 TEL&FAX: 322-7815 Email: ito.k@city.itoshima.lg.jp (毎週月曜日・年末年始休館)

「せんだん通り」「怡土っこ通り」 怡土の花いっぱい運動

せんだん＆怡土っこ通りの色鮮やかな花をご覧になりましたか？気持ちまでどんよりしそうな梅雨の日も、バテあがりそうな暑い日も、通りの花に元気もらっています！

これは新怡土村づくり推進協議会の「花いっぱい運動」によるものです。怡土校区区長会、農区長会、ひまわり会、シニアクラブ、商工会等の方が作業を担ってくれています。土づくり、種まき、育苗から手掛け、定植後も除草や冠水をこまめに行っています。



苗植えの様子。



草取り。大勢参加がありました！



当番制の水やり
ありがとうございます！

【センター主催講座】夏の星空観望会

今年も「いとしま天文台」の大型望遠鏡で、夏の星空観察をしませんか☆土星の輪や木星の縞もきれいに見えますよ！

たくさんの星座も楽しめます。

大人の参加も大歓迎☆ *.*.*.

日時：8月29日(土) 19:30~

場所：伊都国歴史博物館駐車場

参加費：無料

持ち物：マスク

定員：15組(要申し込み。先着順)

連絡先：怡土コミュニティセンター

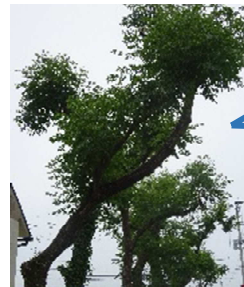
☎322-7815

※子どもは必ず保護者と一緒に来て下さい。

※雨天中止。迷う場合はセンターまでお問合せください。

※コロナウィルスの状況によって中止となる場合があります。

※来館前に検温し、37.5度以上の場合は参加をご遠慮ください。



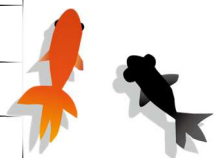
秋に剪定を行ったせんだん。春、しっかり芽吹いてくれました！

センター利用時の定員について

現在、コロナウィルス対策として3密を避けるため、貸館の際の各部屋の利用定員を、通常の半分としています。

	コロナ状況下における定員
第1会議室	6名
第2 //	6名
第3 //	12名
和室	15名
調理室	適宜
大研修室	適宜

ご利用時は左の表を参考にして下さい。



申し込みが必要です！

3密を避けるため、15組限定で開催します。

8月の主な行事

1日(土)	8:30	せんだん通り草取り
	20:00	青少年指導員会夏休み巡回
4日(火)	10:00	ダーツ講座
5日(水)	13:30	市同協2支部交流会
7日(金)	14:00	高杉さんの運動講座
8日(土)	20:00	青少年指導員会夏休み巡回
11日(火)	8:30	区長会
18日(火)	10:00	ダーツ講座
21日(金)	7:40	あいさつ運動
29日(土)	19:30	夏の星空観望会

せんだん文庫

毎日開館しています。

9:00~16:00(月曜休み)

《 新刊本のご紹介 》

- 『はだれ雪』 葉室麟
- 『この世の春』 宮部みゆき
- 『ラスト・コード』 堂場瞬一
- 『ここに響く 方丈記』 木村耕一
- 『優しい死神の飼い方』 知念実希人
- 『スナマチ株式会社奮闘記 膠着』 今野敏



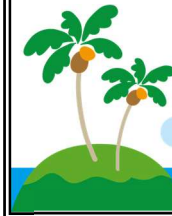
11月15日(日)に開催予定の
怡土ふるさと文化祭は
中止になりました。



いとキッズ

0から4才までの
お子さんと保護者の
楽しい子育て広場です。

8月もコロナウィルス
感染予防のため、
お休みします。



夏バテしていせんか?

保健師コラム

夏は食欲が落ち、炭水化物に偏った食事が増えるため、体調を崩しやすくなります。元気に過ごすためにも、栄養バランスを整え、夏バテ予防に効果的な食事を摂りましょう。

★3つの食品を揃えてバランス良く

①エネルギー源食品
身体を動かす力

ご飯 パン
麺 いも類

②たんぱく質源食品
からだをつくる

大豆製品 魚肉
卵 乳製品

③ビタミン、ミネラル源食品
からだの調子を整える

野菜 果物 海藻

★ビタミンB1・Cを含む食品で疲労回復

ビタミンB1：豚肉・豆腐・味噌・玄米・モロヘイヤなど
ビタミンC：じゃが芋・ブロッコリー・赤ピーマンなど



怡土の里俳句会

ででむしよ年寄りなのか若いのか

夏の日やアスファルト敷く工夫の背

貞子

貞子

緑

毎週 第2・4水曜日
午後2時~4時

注意

新聞・雑誌はそれぞれ分別して下さい。回収されない場合があります。

住みよい里をつくろうカイ

★毎月第4木曜日 9:00~11:00



ハチドリのカイ

8月の資源回収は、27日(木)です

ご高齢などで持って来られない方はセンターへ連絡してください。里づくり会が取りに伺います。

怡土コミュニティセンター ☎322-7815

回収物：新聞、雑誌、ダンボール(十字にヒモかけ)
アルミ缶、一升ビン(緑・茶)、ビールビン
回収できないもの：ふとん、スチール缶、家電 古布



いとまる

ファームパークの
猿の石像のマスクに
「コロナサル(去る)」
と書いてあるよ!
前向きで明るい
気持ちに癒されるね

