

～緑の風が吹くまち～

いきいき一貴山 コミセンだより 10 月号

糸島市立一貴山コミュニティセンター「いきいき」

糸島市二丈石崎81 TEL&FAX 325-0151 (毎週月曜日休館)

eメール ikisan.k@city.itoshima.lg.jp ホームページ <https://www.city.itoshima.lg.jp/c010/>



2023年10月1日発行

10月29日(日) 一貴山校区文化祭・収穫祭 会場 一貴山小学校 9:00 ~ 15:30

4年ぶりに開催されます文化祭・収穫祭ですが、みなさん楽しみにされていると思います。「糸島二丈絆太鼓演奏」や「一貴山小児童による(ひまわりの種の)風船とばし」、「もちまき」もあります。ぜひご来場ください。



オープニングセレモニー・演芸部門

- *体育館*
- ◎二丈中学校吹奏楽部
- ◎一貴山保育園児発表
- ◎一貴山小学校児童発表
- ◎コミセンサークル
- ◎楽器演奏・カラオケ等

展示部門

- *体育館*
- ◎一貴山小・二丈中作品
- ◎コミセンサークル、一般
- ◎大人・こども習字
- ◎水彩画他

バザー部門

- *屋外開場*
- ◎ やきそば・ジュース
焼き鳥・カレー・ソーセージ
おでん・わたがし他
- ◎NPO 法人みらい、いきさん牧場
JA 青年部・JA 女性部・農区長会
小学校 PTA・焼き鳥田中

(共催：JA 西部支店・一貴山小学校・二丈中学校・一貴山保育園・一貴山コミュニティセンター)

11/22(水) 10時~11時30分 **無料**

『リバウンドしないお片付けのヒント講座』

：講師：中松 寛子 さん

(ライター・イラストレーター・ディレクター)

関東から昨年糸島に移住された中松さんご一家。2021年に幼児だった3人の子どもたちと家族でリバウンドをしない片づけを経験。子どもが自らおもちゃの片付けをする秘訣や、断捨離のヒントを体験談を交えながらお話いただけます。年末のこの時期必見の講座です。大人向けの断捨離のお話も聞けますよ。ぜひご参加ください。(要予約)



11/4(土) **そば打ち体験講座**

「糸島そばの会」の方に、そば打ちをご指導いただきます。親子で体験してみませんか？子どもだけ、大人だけでも参加大歓迎です。

参加費：子ども(高校生まで)500円

大人 1000円

🍀 出来たてをその場で、いただけます。

10時~12時30分



ご予約はお早めに！

締め切り

10/20まで

- ・そば打ちは、五感をフル活用して、脳トレにもなり、認知症の予防が期待できます。
- *場所*一貴山コミュニティセンター調理室*

10月の主な行事予定

| | |
|-----------------------------|-----------------------|
| 1日(日) 糸島市民まつり | 7日(土) 一貴山保育園運動会(8:45) |
| 8日(日) 糸島市スポーツフェスティバル | 第1回モルック大会(9:00) |
| 10日(火) う・ふ・ふの会(フレイル)(10:00) | |
| 13日(金) 男性料理教室 (10:00) | 青パト巡回 (PTA) |
| 第4回文化部会 (19:00) | |
| 20日(金) 青パト巡回 (満吉行政区) | 27日(金) 青パト巡回(長石行政区) |
| 28日(土) いきいき食堂 (11:00) | |



一貴山コミュニティセンターイベント・講座

10月以降のイベントや講座の案内です。(要予約)のご予約はお早めに!

| | | |
|---|---|---|
| 10/13 芋ほり 5月に植えたサツマイモが、大きく育っています。15時30分から芋ほりをします。(要予約) | 10/28 いきいき食堂 (土)11:00~14:00 ★こども無料・高校生以上200円★ 地域のみなさんの交流の場/仲間募集中 | 10/29 文化祭・収穫祭 (日)9:00~15:30 一貴山小学校で、バザーや演芸・展示などが開催されます。 |
| 11/4 そば打ち体験講座 (土)10:00~12:30 ★こども500円/おとな1000円 親子で体験してみませんか?(要予約) | 11/7 花いっぱい運動 (火)10:35~小学校運動場 ★児童と行政区長・まちづくり委員・PTA役員でお花の苗を植えます。かりんとうの配布もあります。 | 11/18 秋のウォーキング講座 (土)9:00~12:00 (要予約) 参加費(保険代)100円 ★秋の一貴山校区(一貴山・上深江)を感じながら、ゆっくりウォーキング |
| 11/21・28 一閑張り (2回コース)材料費4,200円 (火)9:00~12:30 ★柿渋で仕上げる箱づくり。自然のものを使った味のある籠を作ってみませんか?(要予約) | 11/22 お片付けの講座(無料) 「リバウンドしないお片付けのヒント講座」こどもから大人までのお片付けのライブトークです。イラストレーターの中松講師のお話をぜひ聞きに来られませんか?(要予約) | 11/25 いきいき食堂 (土)11:00~14:00 ★こども無料・高校生以上200円★ 子どもだけでなく、地域のみなさんの交流の場です。ぜひお誘いの上、食べに来てください/仲間募集中 |
| 12/2 赤米おはぎ作り講座 (土)10:00~参加料 材料費実費 ★こどもたちも参加できる料理体験講座です。赤米を使っておはぎを作ります。JAの方が講師です。親子で参加しませんか?(要予約) | 12/10 いきさん音楽祭 (土)13:30~ 無料 ★(1部)一貴山の子も参加のダンスをご覧ください。(8ボール) (2部)シンガーソングライターの‘おだともあき’さんをお招きします。 | う・ふ・ふの会 一貴山校区で勉強会(議会傍聴や保険について等)やフィールドワークや盆踊りの練習などを行っています。ぜひ一度体験に来られませんか? メンバー募集中です |

「男性料理教室」参加者募集

毎月楽しく料理をしています。

【次回は・・・】

10月13日(金)10:00~ 会費 300円



一貴山校区グラウンドゴルフ9月定例会の成績

優勝 橋本 恵 さん (田中)

2位 平木 靖夫 さん (武)

3位 正手 敬三 さん (武)

メンバー募集中!



次回は、

10月4日(水)リョーユーパングラウンド

11月1日(水)リョーユーパングラウンド

※グラウンドゴルフで健康長寿を!

お問い合わせは、一貴山コミュニティセンターまで。

がん検診のすすめ

健康コラム第40号

「がんが見つかるのが怖い…」がん検診について、よく聞かれる声です。がんは、早期発見すれば治る病気と言われるようになってきました。がんを早期発見するために定期的にがん検診を受けましょう。

糸島市で実施しているがん検診

| | 肺がん | 胃がん | 大腸がん | 前立腺がん | 乳がん | 子宮頸がん |
|------------|-----|------|------|-------|-----|-------|
| 総合健診(集団健診) | ○ | バリウム | ○ | ○ | ○ | ○ |
| 個別検診 | × | カメラ | × | × | ○ | ○ |

*がん検診の項目により対象年齢が決まっています。○:実施 ×:未実施

がん検診申込方法

<総合健診(集団健診)>

★電話:総合健診予約センター

050-3645-0537

★インターネット:予約サイト

<個別検診>

★電話:健康づくり課

332-2069

★インターネット:予約サイト

最終申込
11/1(水)



問合せ:糸島市健康づくり課

☎332-2069