

～緑の風が吹くまち～

いきいき一貴山 コミセンだより 9 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9月1日発行

9月24日(日) 8:50～『第10回いきさん大運動会』

4年ぶりに「いきさん大運動会」が開催されます。

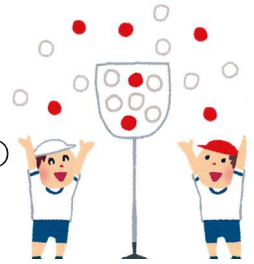
小学生になって初めての地域運動会のお子様もいらっしゃると思いますが、ご家族みんなで運動会を楽しみましょう。開会式 8:50～

地域の競技は、つなひき (予選①9:20～ 予選②10:25～ 決勝 11:15～)

・玉入れ (9:45～)

・障害物競争 いけいけ!いきさん! (10:45～)

・閉会式 12:00～ 午前中で終了いたします。 ※時間は、ずれることもあります。



10月29日(日) 9:00～『一貴山校区文化祭・収穫祭』

作品展示・ステージ・バザー参加者大募集!

※ 詳細は、別紙のチラシをご覧ください。(参加申し込み書付)

9月の主な行事予定

| | | |
|--------|---------------|---------|
| 1日(金) | 第3回体育委員会 | (19:00) |
| | 青パト(PTA) | (15:30) |
| 2日(土) | 校区一斉避難所訓練 | (11:00) |
| 8日(金) | 男性料理教室 | (10:00) |
| | 第3回文化部会 | (19:00) |
| | 青パト(浜窪行政区) | (15:30) |
| 12日(火) | 塩麴・しょうゆ麴づくり講座 | (10:00) |
| | う・ふ・ふの会 | (9:30) |
| 15日(金) | 青パト(一貴山行政区) | (15:30) |
| 17日(日) | 浜窪海岸清掃 | (8:00) |
| 22日(金) | 青パト(上深江行政区) | (15:30) |
| 24日(日) | いきさん大運動会 | (8:50) |
| 29日(金) | 青パト(石崎行政区) | (15:30) |
| 30日(土) | 糸島市民まつり | |



いとしまウォーキングマップを使って

健康コラム
第39号

糸島を歩こう

いとしまウォーキングマップは、糸島の自然や歴史、街並みを体感できる13のコースを紹介しています。
涼しくて過ごしやすいになれば、ウォーキングを始めるには最適な時期です。

「いとしまウォーキングマップ」をもって、ウォーキングを始めませんか?



糸島市HPや
健康づくり課窓口
に設置しています

【ウォーキングの注意点】

- 準備体操をする
- 気温や天候に注意する
- 水分補給をこまめに行う
- 体調を考慮し無理をしない



からだを動かすことで生活習慣病やがん、認知症などの発症を低下させることが期待されています。まずは、無理なく、いつもより10分多く歩いてみましょう。

問合せ：糸島市健康づくり課 ☎332-2069

8/5 世界の童話や絵本を知る講座
「おはなし会」 & そうめん流し



ゆうちゃん文庫の志岐先生たちに、世界の童話や絵本のお話をいただきました。そうめん流しは、長石の下村様・各区長・社協の皆様有難うございました。



8/6 小学校裏山の草刈りを区長さん・まちづくり部会の皆様にしていただきました。有難うございました。



8/18 追悼式・盆踊り大会

4年ぶりに追悼式・盆踊り大会が開催されました。500人超えの方が集まり、盛り上がりました。



11/4(土) そば打ち体験 講座

10:00~12:30

「糸島そばの会」の方に、そば打ちをご指導いただきます。 ※定員 20名 要予約

大人 1,000円 / 子ども(小学~中学生)500円

・そば打ちは、(五感の活用)見る・聴く・嗅ぐ・味・触るをフル活用して、脳トレにもなり認知症の予防が期待できます。子どもからお年寄りまで、楽しみながらそば打ちを体験しましょう！ 一貴山 CC 調理室にて



**ご予約を
お待ちしております！**

ご予約は10/20まで。

一貴山駅

トイレ使用のマナー・お願い

今年になって駅のおトイレが2回壊れて、便座を2回交換しました。

みんなのおトイレですので、大切にきれいに使いましょう。

- ・トイレ内スマホ使用禁止
- ・長時間居座り禁止
- ・ひとり以上は入らない
- ・トイレ内ゲーム禁止
- ・トイレの備品(芳香剤など)を触らない



※ 駅ご利用の学生の保護者さまからも
お子様にご指導をお願いいたします。

「いきいき食堂」(しゃべり場)

9月23日(土)11:00~14:00 開催します。

★中学生まで無料・高校生以上 200円★

地域の皆さんの交流の場づくりをめざします。(仲間募集中)

野菜などご提供品、大歓迎です！

「男性料理教室」参加者募集 会費 300円

9月は8日(金) 10:00~

一貴山校区グラウンドゴルフ

9月は10日(日) 8:30~スタート

場所は、一貴山小学校グラウンドです。

※仲間募集中です。一度見学に来られませんか？