

～緑の風が吹くまち～

いきいき一貴山 コミセンだより

6 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/>



2025年6月1日発行

盆踊りの練習

参加者募集しています。

《踊りの部》

日時：7月 8日(火) 10:30～

どなたでも参加できます。皆さんで練習をして盆踊りを盛り上げましょう！

《盆口説き・太鼓・笛の部》

日時：7月20日(日) 10:00～

初心者歓迎いたします。

お子様は保護者同伴で、ご参加ください。

小・中・高校生諸君！
夏祭りのヒーローに
なろう！



場所：一貴山コミュニティセンター大研修室

クーリングシェルター『涼み処』を開設します。

糸島市の取り組みとして、極端な高温時における熱中症による重大な健康被害の発生を防止するために、暑さをしのげる場を確保する目的で『涼み処(すずみどころ)』をコミセンに開設します。

- ・開設期間 ①令和7年6月1日～9月30日
②①以外で、福岡県に「熱中症特別警戒アラート」が発表されたとき。
- ・開設日 一貴山コミュニティセンターの通常の開館日に限る。
- ・開設時間 通常の開館時間に限る。(夜間は不可。)

◎受付などは無し。

飲み物などは、ご自身で
ご準備ください。

他の利用者の迷惑にならない

ように、ロビースペースのみの利用となります。



6月の主な行事予定

- 6日(金) 青パト巡回・田中行政区(15:30)
AED救急救命講習会(19:00)
第2回青少年育成指導会(20:30)
- 10日(火) う・ふ・ふの会(10:00)
- 13日(金) 男性料理教室(10:00)
青パト巡回・浜窪(15:30)
第1回体育委員会(19:00)
- 20日(金) 青パト巡回・一貴山(15:30)
- 27日(金) 青パト巡回・PTA(15:30)
第1回体育部会(19:00)
- 28日(土) 子どもモルック大会(8:30)
いきいき食堂(11:00)



6月6日(金) 19:00～

AED救急救命講習会を開催します。

糸島消防署の救命士に来ていただき、AEDを使っの救急救命の仕方を教えて頂きます。

対象：区長・青少年育成指導員・スポーツ推進員・
スポーツ少年団代表・校子連の皆様



・昨年の様子

*AEDは、
コミセンに設置
しています。

<予告>

令和7年11月3日(月・祝)

「糸島市モルック大会」が、糸島市運動公園で開催されます。一貴山校区から2チーム出場しますので、参加者を募集いたします。モルック好きな方、ご参加をお待ちしております！

講座「帽子づくり」

手作り帽子2種類を作ります。

クッキングや外へお出かけの際にかぶり、用途はいろいろ！ミシンがなくても作れます。

みんなでワイワイおしゃべりしながら楽しい小物づくりに参加しませんか。

日 時：7月1日（火）

時 間：10:00～12:00 予定

講 師：濱地 みどり さん

材料費：1 個につき300円（布、ゴム代）

持参品：裁縫道具（ハサミ、ものさし等）

定 員：10名程度

※電話でのお申し込みの際、作りたい番号をお知らせください。布の柄は多種になります。

①



① ニットキャップ
66×54 cm

②



② 木綿キャップ
33×90 cm

～サークルのご案内～

『いきさん3B体操』

日時：毎週金曜日（月4回）

10時30分 ～ 12時30分

場所：一貴山コミュニティセンター研修室

講師：田吹 妙子 先生

月謝：3,000円（入会費 1,000円）

健康づくり、仲間づくりを目的として、ボール・ベル・ベルターを使って楽しく体操やダンスをするともに、人とのふれあいの場としています。

-お詫び- 4月、5月号で、サークルの名前を間違えて掲載しておりました。関係者の方大変ご迷惑をおかけしました。ここにお詫び申し上げます。

会員
募集中

◇いきいき食堂

日時：6月28日（土）

11:00～14:00

場所：一貴山コミュニティセンター

参加費：子ども 無料

高校生以上 300円

「食・音楽・ものづくり」

子どもだけでなく、地域のみなさんの交流の場です。



お誘いあわせの上、
食べに来てください！

男性料理教室

5月は「海老と銀杏の茶碗むし」

でした。 次回は、

6月13日（金）10:00～

参加費：300円



ご参加
お待ちしております。

健康づくり講座

「元氣ヨガ」

日 時：令和7年7月1日（火）

13:30～14:30

場 所：一貴山コミュニティセンター研修室

講 師：高杉 龍元 先生

参加費：無料

定 員：14名（事前予約要）

持参物：ヨガマット（お持ちの方）、タオル、飲物

※糸島市役所の体育指導員の高杉先生の講座です。

ヨガ・ストレッチ

肩こり腰痛改善体操

きれいな姿勢の作り方など

を取り入れた内容です。



チベット体操

ヨガより簡単！

カラダもココロもスッキリ！

日 時：令和7年7月9日（水）

10:00～11:30

場 所：一貴山コミュニティセンター研修室

講 師：日高 真理子 先生

参加費：無料

定 員：14名（事前予約要）

持参物：ヨガマット（お持ちの方）、タオル、飲物

※「チベット体操」はチベットのラマ僧が、瞑想の前におこなっていた儀式がルーツと言われています。「若返りの秘儀」ともいわれ、5つのポーズを繰り返すシンプルな体操です。

一貴山校区グラウンドゴルフ

5月定例会

成績 優勝 音 洸 泰 （武）

2 位 渡 部 恵 子 （武）

3 位 鬼 塚 章 （松国）

～グラウンドゴルフで健康長寿～

◎メンバー募集中

次回は、6月4日（水）

リューユーパングラウンドにて