

～緑の風が吹くまち～

いきいき一貴山 コミセンだより

8

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8月1日発行

追悼式・盆踊り大会

日時：8月 18日(月)

場所：曲り田スポーツ公園

18:00～ うちわ配布開始 (19:30まで)

ホークスユニホーム抽選開始

夜店開店

18:30～ 追悼式受付開始

19:00～ 追悼式開始

19:30～ 盆踊り大会開始



(盆踊り練習がYouTubeで見れます。)

「一貴山校区盆踊り練習」を
検索してください。)



20:00～ お楽しみ抽選会開始

21:00 終了 (予定)

★踊りに参加された方には、
ジュース・お茶を進呈

★お囃子・踊り参加の小学生にも
参加賞を進呈



P駐車場：曲り田スポーツ公園・一貴山小学校

☆新しいサークルのご紹介☆

会員
募集中

「糸島フレイル予防運動サークル -いきさんクラス-」

日時： 毎週金曜日 13:30～14:30

場所： 一貴山コミュニティセンター

講師： 高原 さやか 先生

月謝： 2,000円 (月4回)

九州大学と糸島市の共同研究「糸島フレイル研究」から立ち上げられた教室です。60歳以上の市民を対象として、フレイルの予防や改善のための運動などを行い、地域のコミュニケーションを促進する活動を目的としています。

‘健康づくりは楽しく継続’を合言葉に！



ぜひ一度体験に
みえませんか？

8月の主な行事予定

- 2日(土) お話し会&ソーメン流し(10:00)
行政区長会(13:30)
行政区人権・同和教育推進委員研修会(15:00)
- 3日(日) 小学校裏山・忠霊塔周辺草刈(7:00)
追悼式・盆踊り大会準備(13:30)
- 18日(月) 一貴山校区追悼式・盆踊り大会(19:00)
- 23日(土) 九州大学F E E L講座(9:30)
いきいき食堂(11:00)
- 24日(日) 一貴山少年剣道親善大会(8:50)
- 27日(水) 小学校前期後半開始
- 29日(金) 青パト巡回・長石(15:30)
- 30日(土) お菓子作り講座(10:00)

クーリングシェルター『**涼み処**』を開設中

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。

◎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。



九州大学 FEEL 講座

いきいき食堂コラボ

「スライムを作ろう」

日 時：令和 7 年 8 月 23 日（土）9：30～

場 所：一貴山コミュニティセンター研修室

参加費：無料（申し込みが必要です！）

九州大学の学生さんに来ていただいて、
子どもたちの夏休みの自由研究作品にもなる
「スライム作り」を教えてくださいます。

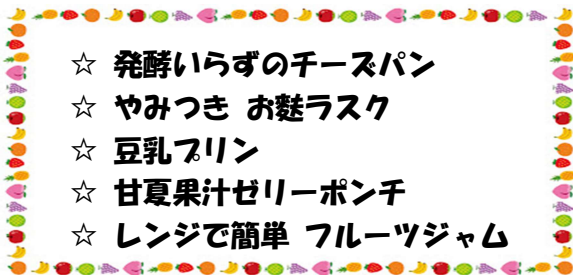
定員：15 人（要予約・8/20迄）

いきいき食堂とコラボですので、
終了後は昼食もどうぞ！



講 座：☆☆お菓子作り☆☆

暑い夏、さっと作れる「簡単レシピ」
プロのパティシエから学んでみませんか。
お子様とご一緒に参加も大歓迎です。



- ☆ 発酵いらずのチーズパン
- ☆ やみつき お麩ラスク
- ☆ 豆乳フリン
- ☆ 甘夏果汁ゼリーポンチ
- ☆ レンジで簡単 フルーツジャム

日 時：8 月 30 日（土）

時 間：10:00～13:00 予定

講 師：渡辺 弘子 さん

材料費：1, 200 円

持参品：エプロン・バンダナ・タオル・筆記用具

定 員：16 名程度（要予約・8/26 まで受付）



健康づくり講座

「元気ヨガ」

日 時：令和 7 年 9 月 9 日（火）

13：30～14：30

場 所：一貴山コミュニティセンター

講 師：高杉 龍元 先生

参加費：無料

定 員：14 名（要予約・9/4 まで受付）

持参物：ヨガマット（お持ちの方）、タオル、飲物

ヨガ・ストレッチ

肩こりや腰痛改善の体操で、
きれいな姿勢の作り方などを
採り入れた内容です。



MMキッチン ‘中華の巻’

中華ちまき+豆乳スープ+あと一品

日 時：9 月 30 日（火）10：00～

参加費：1,400 円

講 師：本田 美保 先生

詳細は 9 月号にて・・・



7/7(月)七夕

上深江の通山さんから小
学校に笹をご提供頂きま
した。子どもたちは、それ
ぞれの願いを短冊に書いて、
笹に結びました。



通山さん、ありがとうございました。

6/28（土）

「子どもモルック大会」を開催しました。



1 年～6 年生までの児童 90 人
の参加がありました。
最後は大人チームと対決し、と
ても盛り上がりしました。
糸島市では、モルックを推進
しています。

7/12(土) 75 歳以上

の一人暮らし高齢者を対
象に、ふれあい会を開催
しました。楽しい時間を
すごすことができました。

～社会福祉協議会～



◇いきいき食堂

日時：8 月 23 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

今回は、

9 月 12 日（金）10：00～

参加費：300 円



ご参加お待ち
しています。

一貴山校区グラウンドゴルフ

7 月定例会

成績 優勝 正手 敬三（武）

2 位 渡部 恵子（武）

3 位 是永 保弘（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、9 月 3 日（水）

リューユパングラウンドにて