～緑の風が吹くまち～

いきいき一貴山 コミセンだより 5 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/

2024 年 5 月 1 日発行

令和６年度　行政区長さんを紹介します！

新 一貴山行政区長
久我　松徳さん

上深江行政区長
瀬戸　道孝さん

石崎行政区長(副会長)
田中　久範さん

満吉行政区長
中山　繁和さん

長石行政区長(会長)
福嶋　利明さん

波呂行政区長
中浦　保信さん

松国行政区長
川添　隆さん

新 武行政区長
吉井　輝行さん

新 田中行政区長
盛永　和幸さん

新 浜窪行政区長
坂本　政信さん

✿今年度の行政区長さん 10 名です。みなさまのご協力をよろしくお願いいたします。
令和５年度をもって退任された４行政区の区長さん方、校区のためにご尽力頂きまして、ありがとうございました。

５月の主な行事予定

2 日(木)　一貴山小学校 PTA 総会
10 日(金)　青パト巡回　（上深江行政区）
11 日(土)　春の見守り事業　（16：00 頃）
12 日(日)　小学校裏山等草刈作業（7：00）
まちづくり部会（8:30）
14 日(火)　体育委員会（19：00）
17 日(金)　青パト巡回（石崎行政区）
18 日(土)　二丈中学校体育祭（9：00）
19 日(日)　浜窪海岸清掃(8:00)
24 日(金)　文化部会　（19：00）
青パト巡回（PTA）
29 日(水)　コミュニティセンター運営審議会（15：30）
31 日(金)　青パト講習会（19：00）
青少年育成指導委員会（20：30）

便利な自主運行バスをご利用ください！

火・木・金曜日に運行しています。
☆お買い物や通院などに、ご活用ください。
・火曜日運行　一貴山・長石ルート
・木曜日運行　波呂・浜窪ルート
・金曜日運行　交流プラザ二丈館ルート
＊コースや時間は、コミセンまでお問合せ下さい。

〇いきさん号〇

ボランティアスタッフの皆様、いつも安全運転に心がけて下さり、ご苦労様です。

いきいき料理講座
『エムエムキッチン』

コミュニティセンターで
世界の料理体験
エムエムキッチンが始まります。
講師：本田　美保さん
日　時：５月１４日(火) １０時～１２時半
参加費：1200 円
(材料提供があるので、前回より値下げしました)
５月のメニューは、イタリアンです！
① **ゼッポリ**　南イタリア・ナポリの揚げパン。
② **カポナータ**　ズッキーニやパプリカなどを使ったイタリアの家庭料理。
③ **ピザ**　ピザ生地をお持ち帰り頂くので、タッパーをご持参ください。
持ってくる物：エプロン、三角巾、飲み物

参加者募集中　定員１６名

「男性料理教室」参加者募集

９名の参加があり、旬の食材、筍わらび、新たまねぎを使った３種の料理をしました。
【次回は・・・】
５月10 日(金)10:00～　会費 300 円

健康づくり講座「元気ヨガ」初夏シーズン
日時：　６月４日(火)/６月 25 日(火)
13:30～15:00
講　師：高杉　龍元さん
参加費：無料

予約受付中

一貴山校区グラウンドゴルフクラブ

メンバー募集中！

次回は、
５月 12 日(日)一貴山小学校グラウンド
※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。

健康づくり講座　おススメ講座
「チベット体操」

チベット体操は、チベットのラマ僧が瞑想の前に行っていた儀式がルーツと言われています。
「若返りの秘儀」とも言われ、５つのポーズを繰り返すシンプルな体操です。継続することで、身体・心・精神のバランスが整い自然治癒力が高まります。
日　時：５月 24 日（金）13 時半～15 時
６月 28 日（金）　〃
参加費：　無料
講　師：日高　真理子　さん
（梶本式チベット体操伝道師）
一度参加されると、リピーターが多い講座です。

高齢者学級う・ふ・ふの会　お仲間募集中

５月は、開級式と講話があります。
日　時：５月 28 日（火）10 時～12 時
題　名：「振り込め詐欺防止講話」
講　師：　糸島警察署・生活安全課
うふふの会は、「議会傍聴」や「盆踊り練習」など一年を通して勉強会や社会見学などをする会です。
年齢不問ですので、ぜひ一度見学に来てみてください。
６月は「茶道の体験」を予定しています。

いきいき食堂
日時：５月 25 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
しゃべり場作り隊では、「食・音楽・ものづくり」をテーマに、どなたでも気軽に楽しくコミュニケーションができる場を作ることで、住みよい魅力ある街づくりを推進することを目指しています。
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！
〇お野菜など、ご提供ものも大歓迎です。

一緒に活動してくれる
ボランティア募集中❣