

2021年6月 1日

【発行編集】

糸島市立桜野コミュニティセンター

TEL&FAX 092-327-0259

sakurano.k@city.itoshima.lg.jp

休館日：月曜日



▲桜野コミュニティセンターのホームページはこちらから



## 桜野校区「あいさつ運動」

桜野小児童  
の見守り  
活動

日頃より、糸島市人権・同和教育推進協議会桜野支部の活動にご理解とご協力をいただき、感謝申し上げます。  
毎年7月に行っております「あいさつ運動」を下記のとおり行います。  
校区関係団体の皆様には、6月中旬頃、ハガキまたは封書にてお知らせさせていただきます。皆様のご協力をお願いいたします。

支部長 浦 耕一

期間 7月6日(火)～7月10日(土) ※雨天中止

場所 桜野小正門と桜野校区各所(下記記載)

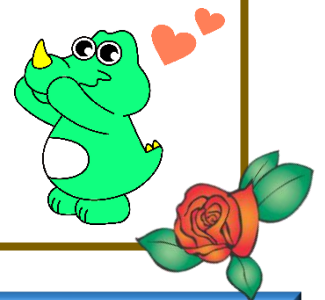
\*桜井:たちばな屋付近・伊牟田交差点・赤隈交差点

\*野北:野北交差点・間少路交差点

時間 桜野小正門 7:40～8:20 他 7:30～8:10

※時間は目安です。 詳細は、お知らせをご覧ください。

マスク着用で  
お願いします。



## 臨時休館延長のお知らせ

新型コロナ感染拡大防止の対策を引き続き行う必要があることから、6月20日まで休館期間を延長することとなりました。

皆様には、ご不便をおかけいたしますが、ご理解のほどお願いいたします。



休館期間

6/1(火)～6/20(日)

※電話対応、印刷機などの利用は可能です。

桜野コミュニティセンター：327-0259

## 講座生募集！

【いきいきライフ】

～暮らしの中でハーブを楽しむ講座～

ハーブの基礎知識を学び、活用しましょう！  
今回は、ハーブソルト作りを行います。



◆日 時:7月16日(金)10:00～

◆場 所:桜野コミュニティセンター 調理室

◆参加費:500円(ハーブソルトの容器代も含む)

◆定 員:10名(先着順)

◆申込締切:6月30日(水)(定員になり次第締め切り)



※新型コロナ感染状況により、延期や中止になる場合があります。ご了承ください。

## ◀ 6月の主な行事 ▶



日	曜	時間	内容
22	火	10:00	総合検診
29	火	13:00	区長会

## ◀ サークル日程 ▶

サークル名	日程
健康太極拳	24
你好クラブ	26
桜野絵手紙教室	お休み
3B 体操みちくさ	24
四季の花	25
ゆたかの会	お休み
つぼみ	25
桜のオカリナ	お休み

### 校区事業中止のお知らせ

下記の事業の中止が決まりました。今後の事業につきましても「さくらのだより」や「桜野コミュニティセンターのホームページ」でお知らせします。

★6/6(日)

「志摩地区市民ソフトボール大会」

★6/18(金)・校区社協

「楽しく健康づくり」

「地域ささえあい会議」

★7/3(土)・市同協桜野支部

「人権講演会」

### 食べ物再発見!

保健師コラム第12号  
管理栄養士による特別号

### 苦いだけではない “ゴーヤ”



苦みが特徴のゴーヤですが、ゴーヤにはトマトの約5倍のビタミンCが含まれています。ビタミンCは、カルシウムや鉄分の吸収を助けたり、免疫機能を高める働きがあります。

#### 苦みが苦手な方



#### <ゴーヤの“苦み”取り>

ゴーヤ 1本 砂糖大さじ2 塩小さじ1

- ①ゴーヤは種とワタを取り、5mm幅に切る。
- ②ボウルに①と砂糖と塩を入れてよく混ぜる。
- ③10分程おいた後、水で洗い流す。

#### おすすめ レシピ

～ゴーヤの梅和え～

ゴーヤ 1本 梅干し 2個

- ①苦み取りしたゴーヤを茹でる。
- ②梅干しは種を取って刻む。
- ③水気を取った①を②で和える。



問い合わせ：系島市健康づくり課 ☎332-2069

### コミセンからのお願い

桜野コミュニティセンターや校区の講座・イベントなどで撮影した映像や写真を、センターだよりやホームページ、活動報告などに使用させていただく場合があります。

掲載を望まれない方は、撮影時にお知らせください。皆様のご理解とご協力をお願いします。



チャット待って!



電話でお金は  
すべて詐欺!

電話やSNSを使った詐欺が多発しています。

お金を振り込む前に、まず相談!

※暗証番号や口座番号を教えない!

※キャッシュカードや通帳を渡さない!