さくらのだより

2023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＆FAX092-327-0259
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。

【 桜野人権講演会 】

「世界一周旅から考える
これからの私たちの在り方」

下記の日程で「人権講演会」を開催いたします。

■講　師　野北　智之
糸島ゲストハウス「前原宿ことのは」運営

■日　時　７月２日(日)
13：30～15：00（受付 13 時）

■場　所　桜野コミュニティセンター集会室

■入場無料！　どなたでも参加できます♪
＊事前にお申し込み下さい
桜野コミュニティセンター
TEL（092）327-0259

人権だよりもご覧ください

【通学合宿事前説明会】

■日　時６月２３日（金）19:30～

■場　所　桜野コミュニティセンター
集会室

■内　容「 通学合宿の取り組みについて 」

■対 象 久米・間少路・野北浜行政区
小学生の保護者の皆さん

大切な説明会ですので、ご家庭からどなたかの出席をお願い致します。

■通学合宿日程
９月 13 日（水）～16 日（土）

コミュニティカレッジ
【いきいきライフ】タオルでうさぎ！つくり

◆桜野コミュニティセンターの玄関にいる
かわいい♥まっ白のうさぎ！
一緒に作りませんか？
材料は先生が揃えてくれます、みんなで
ゆっくり、楽しみながら作りましょう。

■日　時　7月４日（火）１０時～１２時位
■場　所　桜野コミュニティセンター
研修室
■材料費　３００円　程度
■持参品　ハサミ、針と白い糸
■定　員　１０名(先着順)
■申込み〆切　６月 24 日（土）

コミュニティカレッジ
【さくらの花道】　焼肉のたれ！作り

◆今年最初の料理教室は、“JA 糸島　食育研修施設　いきいき”の方を講師に迎えて
「焼肉のたれ」を作ります！
とても美味しいと評判の手作りタレです。
丁寧に先生が指導していただけるので
楽しんでご参加ください。

■日　時　6月２８日（水）１０時～１２時位
■場　所　桜野コミュニティセンター
調理室
■材料費　1000 円　程度
■持参品　ｴﾌﾟﾛﾝ等、持ち帰り用なべ
■定　員　１２名(先着順)
■申込み〆切　６月 18 日（日）

≪６月の主な行事≫

日	時		内　　容
1	木	13：30	市同桜野支部理事会
13	火	11：00	高齢者学級芋苗植え指導・交流会
15	木	10：00	デジカメ講座
16	金	10：00	社協健康づくり
		19：00	校子連三役会議
22	木	9：00	桜野ウォーキング講座
23	金	19：30	通学合宿説明会
28	水	10：00	コミカレ(焼肉のたれ作り)
		19：30	桜野校区親善ｿﾌﾄﾊﾞﾚｰﾎﾞｰﾙ実行委員会
29	木	13：00	区長会
30	金	19：30	まちづくり実行委員会

≪サークル日程≫

サークル名	日　　程
健康太極拳	1．8．15．22
你好クラブ	3．10．17．24
絵手紙教室	27
３Ｂ体操みちくさ	8．22
四季の花	9．23
桜のオカリナ	7
さくらの手芸クラブ	10．24
ﾌﾚｲﾙ予防運動桜野教室	7．14．21．28

「あいさつ運動」のおしらせ

期間：７月４日（火）～７月８日（土）

場所：桜野小学校正門と桜野校区各所

どうぞよろしくお願いします

《ゴキブリ団子作り》いきいきライフ

報告

５月２５日(木)恒例の「ゴキブリ団子作り」講座を開催しました。
みなさんとてもたのしく作りました。
新しく参加された方もうまく
出来て良かったです。

《桜野小運動会》　みんなで頑張ったよ

５月 27 日(土)快晴の空の下、桜野小学校運動会が開催されました。リレーやダンス、つな引きなどみんなで協力し合い心を一つにして、頑張る子ども達の姿に、保護者や地域の皆さんも大きな声援を送っていました。

ご存じですか？オーラルフレイル

健康コラム
第36 号

お口のささいな衰えは、フレイル（心身の虚弱）の前段階と言われており、「オーラルフレイル」といいます。オーラルフレイルをそのままにしておくと、全身の機能の低下につながります。

お口の衰えを見逃していませんか？

- □ グラグラしている歯がある
- □ 入れ歯が合っていない
- □ 歯が抜けたままになっているところがある
- □ 口の渇きが気になる

オーラルフレイル予防のために

1. かかりつけ歯科医を持ち、定期的に歯科医院でお口の中をチェックしましょう
2. １口 30 回以上噛んで食べましょう
3. 毎食後に歯磨きをしましょう

お口の“ささいな衰え”を見逃さず、いつまでも元気でおいしく食べられる身体を守りましょう！

問合せ：糸島市健康づくり課　☎332-2069