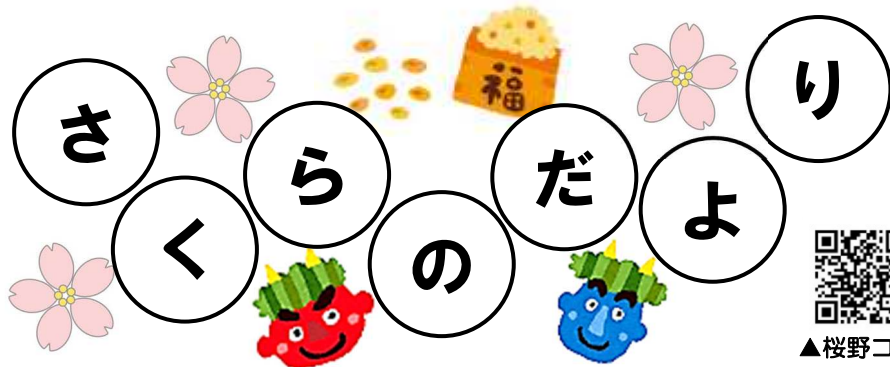




2024年 2月 1日

【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



祝

1月8日(月)に、「令和6年 糸島市二十歳のつどい」が、糸島市雷山運動公園多目的体育館で行われました(左写真)。今年は糸島市で972名、志摩地区では121名が新成人となりました。桜野校区の新成人は15名です。皆さん、華やかな着物やスーツに身を包み、来賓や恩師の皆様の見守る中、式典に臨み温かい激励の言葉や御賛辞をいただきました。新成人の皆さんの今後の活躍を期待しています。



子供会インリーダー研修会

令和6年度の子ども会運営のリーダーとなる小学5年生と4年生を対象とした研修会です

- ◆ 日 時：3月3日(日) 9:00~受付
- ◆ 場 所：桜野コミュニティセンター
- ◆ 内 容：講和、理科実験等
- ◆ 持参品：筆記用具、水筒



桜野校区行政区 全体人権研修会

- ◆ 日 時：2月3日(土) 10:00~受付
- ◆ 場 所：桜野コミュニティセンター
- ◆ 定 員：70名程度
- ◆ 内 容：人権コンサート
- ◆ 演 奏：ボーカルユニット フー

募集中!

保健師おすすめ

健康コラム 44号

おうちでトレーニング



気になる正月太り。「脂肪は早めに燃やす」を合言葉に、今日から自宅で運動を始めてみませんか。

室内で出来るおすすめ運動を紹介します。

【椅子でスクワット】

- ①椅子に座り両足を肩幅に開き、つま先は外向きに30度開く(テーブルなどに手をそえと安心)
- ②息を吐きながら立ち上がる
- ③息を吐きながらゆっくり座る

筋トレ

まずは10回



【椅子に座って足踏み】

- ①椅子にすわったまま足踏み
- ②腕を大きく振ると効果大

有酸素運動

まずは1分間



問い合わせ：糸島市健康づくり課 ☎092-332-2069

サークル《桜のオカリナ》より ミニコンサートのお知らせ

沖縄から仲里さんが演奏に来ます。

すてきなオカリナの音色を楽しんでみませんか？

- ◆ 日 時：2月7日(水) 10:00~
- ◆ 場 所：桜野コミュニティセンター
- ◆ 入場料：500円



2月の主な行事



＜2月のサークル日程＞

日	曜		内 容	サークル名	日 程
1	木	10:00	ハンドソープ作り講座	健康太極拳	1・8・15・22・29
3	土	10:30	桜野校区行政区全体 人権研修会	你好クラブ	10・24
4	日	10:00	桜野小体育施設登録利用 団体 「調整会議」	絵手紙教室	27
6	火	10:00	サークル会議	3B体操みちくさ	8・22
8	木	8:30	デジカメ講座「撮影会」	四季の花	9・23
9	金	19:00	校子連役員会議	桜のオカリナ	7・21
14	水	10:00	コミュニティセンター 運営審議会	さくらの手芸クラブ	10・24
17	土	10:00	社協ひとり暮らしの集い	糸島フレイル予防 運動桜野教室	7・14・21・28
22	木	10:00	デジカメ講座		
		19:30	まちづくり実行委員会		
27	火	13:30	区長会		



新春 芸能・のど自慢大会が開催されました

1月21日（日）「新春 桜野校区芸能・のど自慢大会」が開催されました。

今回は団体・出演者の方がたくさん出演され、大変盛り上がりしました。

