

令和6年度 サークル生大募集!

☆ 受付期間 ☆

2月15日(木)~3月14日(木)

※平日8:30~17:15、土曜8:30~12:30  
(日曜日は受付できません。)

※定員になり次第締め切らせていただきます。

☆ 申し込み方法 ☆

申込用紙に記入の上、鯉田交流センターに提出をしてください。

※申込用紙は鯉田交流センター窓口  
に用意をしています。

新しいサークルも  
ありますよ!

新しいことを初め  
てみませんか?



サークル名	学習日(週)	学習時間	会費(円)	講師
月曜日 さわやか体操	1 2 3	13:30~15:30	1,500	大塚 京子
手打ちそばA	2	9:30~11:30	1,500	岡田 富蔵
火曜日 書道	1 2 3	10:00~12:00	2,000	和田 良子
フラダンス	2 4	14:00~16:00	2,200	田中 ていこ
水曜日 健康体操B	1 2 3 4	9:30~11:30	2,000	大塚 京子
木曜日 3B健康体操	1 2 3	10:30~12:00	2,000	野口 眞佐子
英会話	1 3	14:00~15:30	2,000	奥田 洋子
金曜日 健康体操A	2 4	9:30~11:30	1,500	大塚 京子
ひよっこ踊り	1 3	10:00~12:00	1,000	毛利 久光
土曜日 手打ちそばB	1	9:30~11:30	1,500	岡田 富蔵

★サークル開講式★

4月4日(木) 10:00~  
鯉田交流センター 第2・3研修室

お申し込み  
お待ちしております♪



※ 注意事項 ※

- ・申し込みは交流センター窓口で対面にて受付いたします。
- ・4月の開講時にサークル事務費として100円を頂きます。
- ・現在活動しているサークル生も新たに申し込みをしてください。
- ・飯塚市公民館等サークル設置基準に基づいて実施いたします。基準に満たない場合は開設できませんので、ご了承ください。(※10名以上で開講)

さわやか体操

一緒に健康体操しませんか!  
健康の維持、促進に効果的です。  
運動機能回復法なども学びます。

手打ちそばA

手打ちそばを自分で作る事は適度な運動にもなり、さらに食べて体にも良いのでお勧めです。  
初心者の方大歓迎!

書道

墨の香りを感じながら、脳をリラックスして集中して楽しみませんか。  
文字を通して自己表現しましょう。

フラダンス

癒しの音楽にのって、体を動かし血行や体幹も整えます。初めての方も無理なく楽しめますよ!

健康体操B

みんなで一緒に健康体操しましょう。適度な運動は脳への刺激にもなります。運動機能回復法なども学びます!

3B健康体操

ストレッチや筋力UPなどの運動を交えながら、ボール、ベル、ベルターの用具を使って一緒に楽しく体操しましょう。

英会話

基礎からの英会話を楽しく学習してみませんか?  
初心者の方も大歓迎ですよ!



鯉田



鯉田交流センター  
鯉田1358番地1  
第72号

TEL 22-9293

FAX 休館日 第1・3日曜日

~人のうごき~  
令和6年1月末  
世帯数

人口	3,251	-5
男	3,013	-4
女	3,528	-2
計	6,541	-6

健康体操A

みんなで一緒に健康体操しましょう!筋力や身体機能を向上させながら、運動機能回復法なども学びます!

ひよっこ踊り

宮崎、日向の郷土芸能のひよっこ踊り。お囃子にあわせてお面を被って、楽しくみんなで踊りませんか!

手打ちそばB

自分でそばを打って、美味しく食べてそばの味と香りを楽しみませんか。  
初心者の方大歓迎!

今月の俳句

二度鳴くや梟の声しみじみと  
土雞は退職記念喜寿まぢか  
手を広げ春の息吹を永み  
芽吹きつつ市の間の松尾節朗

サークル案内	28 木	27 水	19 火	18 月	14 木	12 火	11 月	8 金	7 木	4 月
さわやか体操	・	・	・	・	・	・	・	・	・	・
手打ちそばA	・	・	・	・	・	・	・	・	・	・
書道	・	・	・	・	・	・	・	・	・	・
ストレッチヨガ	・	・	・	・	・	・	・	・	・	・
民謡	・	・	・	・	・	・	・	・	・	・
フラダンスI	・	・	・	・	・	・	・	・	・	・
健康体操B	・	・	・	・	・	・	・	・	・	・
茶健康体操	・	・	・	・	・	・	・	・	・	・
3B健康体操	・	・	・	・	・	・	・	・	・	・
健康体操A	・	・	・	・	・	・	・	・	・	・
手打ちそばB	・	・	・	・	・	・	・	・	・	・
お休み	・	・	・	・	・	・	・	・	・	・

サークル案内

ふれあい電話	ふれあい電話	自治会長会	子指連総会	熟年者マナビ塾閉講式	一中卒業式	社会体育振興会役員会	子指連定例会
・	・	・	・	・	・	・	・

今月の予定



いろは流ヨガ講座 2/16



体を伸ばし、脳トレ、呼吸法、声を出してストレス発散！



座ったままできるので手軽にできます(^\_^)



いろは先生の楽しいトークで元気に!(^\_^)!そして体を動かしたりフレッシュできました！



なまずた雛のまつり



吉田英世さん手作りの組木の雛人形をエントランスに飾っています♪是非お立ち寄りください



熟年者マナビ塾受講生募集！

熟年者マナビ塾では、脳や体のトレーニング、工作・手芸、児童の学習支援ボランティアに取り組んでいます。

年に一度開催される飯塚市熟年者マナビ塾発表会では、一年間の活動成果を展示・発表し、他校の塾生の方々と交流します。

小学校で勉強に取り組んだり、地域の児童と仲良くなるチャンスです。塾生として共に過ごす仲間を募集しています。

- 日 時 毎週月曜 8時40分～11時15分 1～3時限
- 場 所 鯨田小学校 マナビ塾教室
- 参加料 1回100円
- 令和6年度の開講式 4月8日(月)
- 申込先 鯨田交流センター ☎22-9293



放課後子ども教室生徒募集！

令和6年度放課後子ども教室は、「ジュニアダンス教室」、「そろばん教室」の高学年と低学年コースを開催します。

☆毎週土曜日☆

(ダンス)鯨田交流センター

10時30分～12時00分

(そろばん)鯨田交流センター

高学年 9時00分～10時30分

低学年 10時45分～12時15分

●申込受付開始 3月中旬以降

●申込先 鯨田交流センター ☎22-9293

※詳細は、鯨田小学校で配布予定の本教室チラシや交流センターへお問合せください。

※チラシや申込用紙は、交流センターにも設置します。



《飯塚市スポーツ推進委員協議会よりお知らせ》

ニュースポーツを一緒に楽しみましょう！

★ファミリーバドミントン・その他

【飯塚市総合体育館】 3月11日(月) 19時30分～

【穂波体育館】 3月18日(月) 19時30分～

【筑穂体育館】 3月 5日(火) 19時30分～

参加無料

《参加事項》

- ①誰でも参加できます。事前申し込みは不要です。
- ②実施時間の変更・中止等になる場合はホームページでお知らせいたします。
- ③発熱等の症状がある場合は、参加をご遠慮ください。
- ④競技中のケガについては、参加者様ご自身の保険で対応をお願いします。



◎問合せ先 飯塚市役所 スポーツ振興課 ☎22-0380(内線:2422)

春を食べよう♪身近でアウトドア！！

大人も子どもも春を楽しみながら野草の採取や、身近にあるものを使って調理をしてみよう！災害時にも役立つ講座です。

日 時 : 3月17日(日) 10時～14時

場 所 : かほ兵衛の台所 芝生広場(かほテラス内)  
(飯塚市鶴三緒1151-1)

参加費 : 1人 500円

定 員 : 10組30名程度(小学校入学前の子どもは無料)

申 込 : 3月1日(金)～

申込先 : 090-4487-9741(担当:原)

主催:飯塚レクリエーション研究会 協力:かほ兵衛の台所  
この事業は、飯塚市協働のまちづくり応援補助金(チャレンジing事業)で実施しています。



スマートフォン教室

参加無料

スマートフォン初心者大歓迎！

講座時間1回120分

スマートフォン無しでも参加可能



このスマートフォン教室は、飯塚市高齢介護課が実施している高齢者モバイル端末機器取得奨励補助金の対象教室の一つです。

★★★スマートフォンの使い方が分からない方に基本操作(電話のかけ方、メール・カメラの使い方、インターネット検索、アプリのインストール方法など)を丁寧にお教えします。★★★

【運営・問合せ】 株式会社DNPエスピーイノベーション  
(ご連絡は右記コールセンターまで)

【主 催】 飯塚市 業務改善・DX推進課 22-5500(内線1342)

★3月はゆめタウン飯塚で開催します！

【日 時】 3月 5日(火) ① 10:30～12:30、② 14:00～16:00

3月15日(金) ① 10:30～12:30、② 14:00～16:00

【場 所】 ゆめタウン飯塚 2階ゆめホール(ホールB)

※①午前、②午後の1日2回開催ですが、講義内容は基本的に同じです。

【対 象】 飯塚市在住の方

【定 員】 20名(先着順)

【持参品】 ご自身のスマートフォン

(お持ちでない方には会場でお貸し致します)

【申込方法】 スマートフォン教室コールセンターへお電話ください。

コールセンター ☎ 050-3537-6174

受付時間: 土日祝除く

平日 午前9時～午後5時