

# ひがし 6月

飯塚東交流センターだより No. 75  
令和6年6月1日 発行  
飯塚東交流センター  
住所 飯塚市下三緒 57-86  
電話 (fax) 0948-23-6028  
【休館日：2日 16日】

.....交流センターだよりは「飯塚市ホームページ」からも閲覧・印刷できます.....



## 心とからだのおしゃべり広場

毎月第4月曜日に開催予定しています。 ※予定は変更になる場合がありますので、ご了承ください。

**6月24日(月) 15:00~17:00**

講師 助産師...道園 亜希先生 (あきちゃん先生)

場所 飯塚東交流センター 2階 和室

対象 飯塚東小学校・第二中学校の子ども達

助産婦さんと一緒に遊ぼう！  
おしゃべりしよう！

からだのことで聞きたいことがある、生理のこと、精通のこと、それ以外でもなんでもどうぞ！

ともだち、恋人のことでモヤモヤする、イライラする、かなしい、はなし聞いてほしい！

とくにないけど遊びに来た！会いに来た！カードゲームしに来た！本・絵本読みに来た！

## 「親子なかよし球技大会」を開催します

日時 令和6年6月16日(日)

9:50親子集合 (10:00~試合開始)

場所 飯塚東小学校 体育館

種目 ドッジボール

※大会への行き帰りは、かならず、おうちの人と一緒にお願いします。

※水筒・タオル・運動しやすい洋服、体育館シューズ(上履)等をご準備ください。

※大会の詳細については、地域の子ども会担当者に直接お尋ねください。

※参加賞として、ジュースが出ます。

飯塚東地区子ども会指導者連絡協議会

## 【図書のお知らせ】

怪談和尚の京都怪奇譚 怖〜い 三木 大豊

電通マンぼろぼろ日記 福永 耕太郎

コンビニオーナーぎりぎり日記 仁科 充乃

非正規介護職員ヨボヨボ日記 真山 剛

任せるコツ 山本 渉

福田村事件 関東大震災・知られざる悲劇 辻野 弥生

水脈 伊岡 瞬

冒険の書 AI時代のアンラーニング 孫 泰蔵

大ピンチずかん 1・2 鈴木 のりたけ

## 飯塚東交流センター - 講座のようす

### センター講座 「寄せ植え」



5月13日(月)は、「5月の寄せ植え」を行いました。

今回も、「寄せ植え華道認定講師の佐藤先生」から教えていただきながら、夏から秋まで咲き続ける植物、アンゲロニア・ペラルゴニウム・ペチュニア・メカルドニア・ユーフォルビアを植えました。

これから暑くなるので、耐暑性に適した植物を選んでいきます。初めての方も参加していただき、とても喜んで帰られました。



### センター講座 「料理教室」

5月23日(木)に「五月の料理教室」をしました。

今回は、時間の都合も有り、特別にお二人の方にシフォンケーキ作りに挑戦して頂きました。メインメニューは、栄養バランスの良い食事が摂れるように高尾先生が選んでいただいたメニューで、たびたびハプニングもありながら、とても楽しい講座を行いました。



揚げたらの甘酢煮のたらを揚げています。

ミネストローネの具材を煮ています。



栄養バランスの摂れたメニューです。

# 「簡単料理教室」～食生活改善推進会事業～

電子レンジやフライパンを使った、時短でもおいしくできる料理教室です。

日 時：7月16日(火) 10時～13時  
 場 所：飯塚東交流センター 2階 調理室  
 参加費：500円  
 定 員：12人  
 申し込み締め切り：7月9日(火)  
 申し込み先：飯塚市健幸保健課 電話番号 0948-96-8613  
 持ち物：エプロン、三角巾、手ふきタオル、マスク



6月 サークル 予定表				6月 行事 予定表		
曜	サークル	開催 期 日		日	曜	行 事 ・ 会 議 等
月	フラダンス	3			1	土 ひがしっこクラブ(習字)
火	みそみそクラブ		11		2	日 休館日(第一日曜日)
	Ocarina ポプリ		11	25	3	月 〇トレ教室(健幸保健課) フイル林ター測定講習会 民児協役員会 青少健定例会
水	真美健康体操	5	12	19	4	火 フレイル予防教室 地区連定例会
	ヨーガ	5	12	19	5	水 社協定例会
	洋 裁	5	12	19	6	木 ネットワーク委員会 民児協定例会
木	真美健康体操 B	6		20	7	金 筋力アップ教室(高齢者支援課)
	パソコン・木	6	13	20	8	土 東者連定例会
金	書 道	7		21	10	月 いいづか Pay 無料講座(商工観光課) 自治会長会
	パソコン・金	7		21	11	火 熟年者マナビ塾
	太 極 拳	7	14	21	14	金 筋力アップ教室(高齢者支援課)
					15	土 ひがしっこクラブ(習字)
					16	日 休館日(第三日曜日)
					17	月 ロコトレ教室(健幸保健課)
					18	火 まち協役員会
					19	水 社協定例会
					20	木 子育てサロン(飯塚市社協)
					21	金 筋力アップ教室(高齢者支援課)
					24	月 社会福祉委員総会第1回研修会 助産師 唯-yui-「心とからだのおしゃべり広場」
					28	金 筋力アップ教室(高齢者支援課)

**～ご利用の注意～**  
 ※貸館利用後の机・イスについては、使用前の状態に戻していただき、まずようお願いいたします。

## スマホ講座「フリマアプリ講座」

- と き 令和6年6月26日(水) 10時～11時30分
- と ころ 飯塚市役所 穂波庁舎(飯塚市忠隈523番地)  
3階 生涯学習ひろば  
※駐車場は穂波交流センターになります。
- 内 容 フリーマーケット利用を考えている方を対象に、3大フリマ会社を紹介し、出品の仕方、  
購買方法等を教示します。日本最大の利用者を持つ「メルカリ」で解説します。
- 対 象 飯塚市民 20名(先着順)
- 参加費 無
- 持ち物 スマートフォン、出品体験に必要な小さめの品物
- 申込方法 6月10日(月)9時～6月21日(金)17時  
飯塚市公式LINE「予約機能」よりご予約ください。
- 問合せ 生涯学習ひろば(電話22-0380 内線2301)



飯塚市スポーツ推進委員協議会よりお知らせ

## ニュースポーツと一緒に楽しみましょう!

### ★ファミリーバドミントン・その他

- 参加無料-
- 【飯塚市総合体育館】  
日 時 6月10日(月) 19時30分～
- 【穂波体育館】  
日 時 6月24日(月) 19時30分～
- 【筑穂体育館】  
日 時 6月4日(火)、  
7月2日(火) 19時30分～

### 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  
 電話：0948-22-0380(内線：2422)



## 飯塚市二十歳を祝う会開催日のお知らせ

- 日時：令和7年1月12日(日) 13時開式(受付12時～)
- 場所：イイツカコスモスコモン
- 対象者：平成16年4月2日から平成17年4月1日生まれの今年度20歳を迎える方
- 問合せ：生涯学習課(☎0948-22-3274)

## 飯塚市二十歳を祝う会実行委員募集のお知らせ

- 令和7年1月12日(日)にイイツカコスモスコモンで開催する二十歳を祝う会を皆さんの力で作り上げませんか。
- 対 象 者：市内およびその近郊に在住している人
- 内 容：二十歳を祝う会で配布する記念品の選考や様々な式典アトラクションの企画運営など。
- 申込期限：令和6年6月28日(金)まで
- 問 合 せ：生涯学習課(☎0948-22-3274)