



曽根東市民センター・令和6年度

ふれあい祭り

11月16(土)17(日)

開会式 16日(土)10:00~



ふれあい祭り
実行委員会からの
お知らせと
お願い

曽根東校区にお住まいの方で、
作品の展示を希望される方は、

10月10日(木)までに

曽根東市民センターにお申込みください

☆お願い☆

〇ふれあい祭り期間中は、多目的ホールに
スリッパを用意いたしておりません。

〇ふれあい祭り期間中は、屋外にバザー会場を
設営するため、古紙回収倉庫は閉鎖します

安全面、衛生面を考慮しての判断となりましたので、
ご理解、ご協力をお願いいたします。

☆バザーのお知らせ☆



前売券

16日(土)	17日(日)
山菜おこわ	うどん
焼きそば	もち
コーヒー	コーヒー
綿菓子	

前売券



【山菜おこわ】と【うどん】は
前売券の販売をします

～前売券販売期間～

10/21(月)～10/31(木)

受付窓口 曽根東市民センター



地域で GO!GO!健康づくり事業

ペタンク

誰でも気軽に
楽しめる!



フランス 
発祥の球技

ペタンクとは、パラリンピックで有名になったポッチャの原型
になったスポーツ。マイナーに思えるスポーツですが、日本では
40万人、発祥国のフランスでは500万人が楽しんでいると
言われています。

【日時】10月18日(金)13:00~15:00

【定員】30名(先着順)

5~6名で1チーム作ります。

グループでの申込みもOKです!

【場所】曽根東市民センター 多目的ホール

わくわく大人講座

冬の寄せ植え教室

【日時】11月1日(金)

1部) 13:00~(15名)

2部) 14:30~(15名)

(2部入替制です)

【講師】加来造園工房 加来 恵氏

【材料費】1000円(当日お支払いいただきます)

【持ってくるもの】

エプロン・軍手・タオル・持ち帰り用袋

(必要な方はお飲物)

【定員】30名(先着順)

【場所】曽根東市民センター 玄関前広場



【申込方法】お電話またはご来館の上、お申込みください 【申込期間】10月1日(火)~定員になり次第終了
お申込み、お問合せは曽根東市民センターまで ☎471-7710



10月行事予定

日付	行事内容	時間
2 水	第2回ふれあいまつり会議	10:00~12:00
6 日	曾根東校区区民体育大会	8:30 開会式
8 火	民生委員主任児童委員定例会	19:00~
10 木	ふれあい祭り作品展示申込締切	
16 水	そねっ子広場【幼稚園に体験訪問】	10:30 現地集合
17 木	まちづくり協議会定例役員会	13:30~
18 金	地域でGO!GO!健康づくり事業【ペタンク】	13:00~15:00
22 火	微助っ人会(ボランティア活動日)	10:00~
23 水	よちよちペンギンクラブ	13:30~15:00
25 金	社会福祉協議会調整会議	19:00~
27 日	曾根東校区グラウンドゴルフ大会	9:00 開会式
30 水	館内ワックス清掃日 どろんこ集会	

10月のパトロール予定

生活安全パトロール (第1・3金曜日)	10/4	10/18			
ふれあいネットワークパトロール (第2・4金曜日)	10/11	10/25			
民生委員パトロール (第2・4火曜日)	10/8	10/22			
青色パトロール (毎週火曜日)	10/1	10/8	10/15	10/22	10/29
	下曾根	新曾根町	中曾根東	中里	曾根新田

**7/26(金)・8/23(金)に、
全市一斉夜間パトロールが行われました。**

まちづくり協議会の皆様をはじめ、曾根東小学校より、中村校長先生、相原教頭先生にもご協力いただきました。ありがとうございました。



**次回最終日
9/27(金) 20:00~です**

あ〜ら簡単！あなたも作れるお手軽おつまみ

減塩

8月23日(金)に、小倉南区担当の栄養士を講師にお迎えして講座が開かれました。曾根東校区内に高血圧の方が多いというデータをもとに、保健師の池永果南実氏より、減塩食のすすめ、大切さを話していただきました。それから、誰でも簡単に、かつ「減塩」をテーマに調理も行いました。男性の参加者の方の調理や片付けの手際の良さに驚きました。

「塩もずく」を水抜きしないでスープに入れてしまうハプニングがありました。【減塩なのに美味しい食事】を楽しく作って、楽しくいただきました。



〜酒のおつまみ編〜

- 厚揚げの梅酒煮(食塩0.6g相当)
- 小松菜とツナの辛子和え(食塩0.3g)
- ピーマンと塩昆布の炒め物(食塩0.4g)
- もずくスープ(食塩0.7g)を作りました

管理栄養士 久保律子氏
保健師 池永果南実氏

第2弾！

ホップ・ステップ・バンザイ これからの私
楽しい水引講座

9月3日(火)水引講座を開催しました。生涯学習コーディネーター 山口曜子氏に、『基本のあわじ結び〜玉結び』を教わりました。大好評だった昨年12月の講座に引き続きの企画でしたが、今回は新しいメンバーも加わって、基本から応用まで幅広い内容の講座になりました。

水引の歴史についての話や、基本を覚えれば色々なアレンジができる事など、見本や実践で分かりやすく説明していただき、楽しい2時間になりました。身近な物づくりとして、今まで知らなかった水引の世界に引き込まれ、新しい体験が出来ました。



生涯学習コーディネーター
山口曜子氏



講座を終えても、また作りたいと盛り上がり、後日再び集まって作成しました。ものづくりの楽しさを知る講座になりました。