

祝第12回飯豊地区 ふれあい敬老会開催！

去る、9月9日（土）に飯豊地区ふれあい敬老会を、飯豊小体育館で4年ぶりに開催しました。当日は、75歳以上の招待者約100名の来館で、様々なアトラクションを楽しみました。

岩子 山下区長の司会により進行し、はじめに敬老会実行委員長 馬場野 寺島区長の挨拶に続き、阿部副市長からお祝いのお言葉を頂きました。

今年度も、かわいらしい飯豊幼稚園児の歌やダンスに始まり、飯豊公民館 民謡踊り教室による踊り、3B体操教室によるダンス、仙台に拠点を置くクラブス チアリーダー



ズによるチアダンスなど、たくさんの元気をもらいました。

最後のお楽しみ抽選会では、敬老会実行委員会から10個の景品、今年度は特別に飯豊区長会から20個の景品を協賛していただき、30名の方々が当選しました。

来年もまた、楽しいアトラクションを計画しますので、皆様の来場を心よりお待ちしております。今後も皆様のご健康とご長寿を心よりお祝い申し上げます。

飯豊公民館だより
 ★★★★★ 四つ星公民館
 ☎ 35・2409



集う 学ぶ 踊る 楽しむのやかた

第467号
 令和5年
 10月1日

※利用者の皆様から四星評価を頂きました!!



珈琲講座 開催しました

8月30日(水)男性3名、女性4名がアイスコーヒーの淹れ方を学びました。冷蔵式、水出し式、急冷式（瞬間冷却法）などがあります。今回は、一人ひとり急冷式で淹れてみました。キリッと苦く、暑い夏に美味しいアイスコーヒーを淹れることができました。水道

水でも十分美味しいのですが、ミネラルウォーターで淹れると雑味がないスッキリした味になることが飲み比べてわかりました。



【新任者紹介】
 会計年度任用職員 鈴木三貴子

【退任のご挨拶】
 会計年度任用職員 佐野ヒロミ

九月末を持ちまして飯豊公民館を退任いたしました。在職中は区長、民生委員の皆様、地域の皆様、教室生の皆様には、いたらないところをたくさん支えていただきました。楽しく充実した三年四ヶ月を過ごさせて頂いたのも、皆様のご指導、ご鞭撻があったること深く感謝しております。

飯豊地区の皆様、公民館利用者の皆様のご健康とご多幸をお祈り申し上げます。長いあいだありがとうございました。

令和5年度(第45回)学習発表会

第14回 飯豊公民館まつり開催します！

10月20日(金)

9:00～ まつり開会

10:00～ 学習発表

3B体操、女声コーラス、民謡踊り

中高年のやさしいピアノ

11:30～豚汁(協力:料理教室生)

無料提供100食

10月21日(土)

10:00～12:00体験教室

10:00～ヨガ体験教室

※バスタオル持参してください

11:00～俳句体験教室

9:00～ポップコーン、綿飴

無料提供200食

作品展示：生け花、絵手紙、ガーテニング、俳句、ピノキオクラブ、飯豊小、幼稚園児
 活動紹介：公民館教室、公民館主催教室

そば打ち教室生募集

開催日

- ①11月 2日 (木)
- ②11月 9日 (木)
- ③11月16日 (木)
- ④11月24日 (金)
- ⑤11月30日 (木)



時間：午前 9:00～12:00

定員：9名 先着順 講師：木村 貞夫 先生

場所：飯豊公民館 調理室

そば粉代：3,500円 (材料費700円×5回分) 初回日に集金
1回500g (5人分、値上がり可能性があります)

準備物：マスク、エプロン、そば入れ用菓子箱 (40cm幅)
手拭き、布巾用タオル各1枚ずつ、三角巾 (髪を覆う)

受付：10月11日 (水)～10月18日 (水) まで

申込先：飯豊公民館に、来館し直接申し込み下さい。

※交通手段がない方に限り、電話での申し込みを受けつけます
※交通手段のない方、自宅～公民館を市バスで送迎いたします



第3回 ウォーキング教室 参加者募集!!

福島市 あづま総合運動公園「イチョウ並木」「民家園見学」



*日時：11月1日 (水) 午前9:00出発15時20分公民館着 (予定)

*場所：あづま総合運動公園イチョウ並木、民家園 (昼食後見学)

*定員：20名 (先着順)

*申込受付：10月11日 (水) 午前8時30分より

*申込締切：10月18日 (水) 午後5時まで

*参加費：1,200円 (昼食代) ※申込時に釣銭の無いようにお支払いください

*持ち物：飲物、タオル、雨具など

*申込方法：直接公民館に来館し申込下さい
同時に2名まで申込可

※交通手段がない方のみ、電話予約受付します

※交通手段のない方は、自宅～公民館を市バス
で送迎します。申込の際にお伝えください。

ショートコース (2.9km) ミドルコース
(4.2km) ロングコース (6.1km) のウォー
キングコースがあります。自分のペースで、イ
チョウ並木の中を秋を感じながら、歩きましょう。秋バラも見所です。午後は、国、県、市の
文化財に指定されている民家園を自由見学しま

令和5年

10月の行事予定

※教室の都合により変更になる場合があります

| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|--------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| ガーベラ | <ul style="list-style-type: none"> ・民生委員会9:00 ・ピンポン13:15 ・骨太けんこう体操 15:30 会場準備16:00～ | <ul style="list-style-type: none"> ・パークゴルフ9:00 (松川浦) 健康診断 | <ul style="list-style-type: none"> ・絵手紙9:30 ・気功13:30 (和) | <ul style="list-style-type: none"> ・料理9:30 ・中高年ピアノ9:30 ・ピンポン13:15 ・骨太けんこう体操 15:30 | <ul style="list-style-type: none"> ・社交ダンス 10:00 ・女子卓球 13:30 | |
| 8 | (祝) 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 |
| ナデシコ | スポーツの日 <ul style="list-style-type: none"> ・ヨーガC19:00 | <ul style="list-style-type: none"> ・パークゴルフ9:00 (松川浦) ・ヨーガA9:30 ・ヨーガB13:30 ・ストレッチクラブ 19:00 | <ul style="list-style-type: none"> ・3B体操9:30 ・女声コーラス 13:30 | <ul style="list-style-type: none"> ・生け花10:00 ・気功13:30 (和) 介護予防講習会13:40 | <ul style="list-style-type: none"> ・民謡踊り9:30 ・ピンポン13:15 ・骨太けんこう体操 15:30 | <ul style="list-style-type: none"> ・女子卓球 13:30 |
| 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 |
| キンモクセイ | <ul style="list-style-type: none"> ・ピンポン13:15 ・骨太けんこう体操 15:30 ・ヨーガC19:00 | <ul style="list-style-type: none"> ・パークゴルフ9:00 (松川浦) ・ヨーガA9:30 ・ピノキオ10:00 (和) ・ヨーガB13:30 ・ストレッチクラブ 19:00 | <ul style="list-style-type: none"> ・3B体操9:30 ・女声コーラス 13:30 | 公民館まつり 準備 | 公民館まつり 無料です! なくなり次第 配布終了 | |
| 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 |
| ダリア | まつり片付け9:00 <ul style="list-style-type: none"> ・ピンポン13:15 ・骨太けんこう体操 15:30 ・ヨーガC19:00 | <ul style="list-style-type: none"> ・パークゴルフ9:00 (松川浦) ・ヨーガA9:30 ・ヨーガB13:30 ・ストレッチクラブ 19:00 | <ul style="list-style-type: none"> ・3B体操9:30 ・俳句13:00 ・女声コーラス 13:30 | <ul style="list-style-type: none"> ・気功13:30 (和) | <ul style="list-style-type: none"> ・民謡踊り9:30 ・ピンポン13:15 ・骨太けんこう体操 15:30 | <ul style="list-style-type: none"> ・社交ダンス 10:00 ・女子卓球 13:30 |
| 29 | 30 | 31 | 飯豊公民館俳句教室より 猛暑にはハンディファンが大人気 斎藤和成 被災地の片付けする手猛暑かな 荒川綾乃 | | | |
| コスモス | <ul style="list-style-type: none"> ・ピンポン13:15 ・骨太けんこう体操 15:30 ・ヨーガC19:00 | <ul style="list-style-type: none"> ・パークゴルフ9:00 ・ヨーガA9:30 ・ピノキオ10:00 (和) ・ヨーガB13:30 ・ストレッチクラブ 19:00 | | | | |