

## 背骨コンディショニング教室

背骨コンディショニングとは、上半身と下半身をつなぐ唯一の骨である仙骨の歪みを整え、全身の不調を改善する運動プログラムです。膝の痛みや首の痛みなど体の違和感がある方にお勧めの体操です。一緒に体調を整えましょう！

日時：5月27日（月）10時～11時半 場所：菰田交流センター 大研修室

講師：山口 真吾さん 参加費：無料 定員：25名

持参品：長めのタオル、飲みもの、ヨガマット（持っている人）

託児・手話通訳：あります（要予約）※託児は6ヶ月から就学前まで

申込期間：5月1日（水）～17日（金）

申込方法：①右記の二次元コードから申請フォームへアクセス

②交流センター窓口か電話

※申込方法①は24時間受付②は平日9時～17時、土曜日9時～12時

その他：動きやすい服装で来てください。

お問合せ・お申込先 菰田交流センター TEL・FAX 23-6819

申込二次元コード



## スマホ講座「災害時のスマホ活用講座」

●とき 6月4日（火）10時～11時半  
●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 穂波交流センター（飯塚市秋松408）

●内容 私たちの生命（いのち）や財産、社会活動に大きな被害が及ぶ災害に備えるスマホの活用方法を考える

●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

●申込期間 5月20日（月）9時～5月31日（金）17時

●申込方法 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（TEL22-0380 内線2301）



## スマホ基本講座①「LINE」

●とき 6月11日（火）10時～11時半  
●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 穂波交流センター（飯塚市秋松408）

●内容 今や身近なコミュニケーションツールとして多くの人々が使っているLINEの活用の方法を紹介する

●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

●申込期間 5月20日（月）9時開始（先着順ですので予約者が20名に達し次第受付終了）

★キャンセル待ち受付はありません。

●申込方法 電話でご予約ください。

●問合せ・申し込み 生涯学習ひろば（TEL22-0380 内線2301）担当：梶山

# 幸袋 ☆KOUBUKURO☆ 交流センターだより



発行：幸袋交流センター（飯塚市目尾1020番地1）

TEL・FAX：0948-22-1189

休館日：第1・第3日曜日

人口の動き（令和6年3月末現在）

世帯数：5,048（-28）

人口（男）：4,598（-45）

人口（女）：4,699（-38）

合計：9,297（-83）

## （幸袋交流センター講座） ゴキブリ団子講座

じめじめする梅雨になる前に、ゴキブリの駆除に昔から伝わるゴキブリ団子を作ります。

■日時 5月16日（木）10時～正午

■場所 幸袋交流センター 調理実習室

■定員 10名（定員になり次第締め切り）

■参加費 200円

■持参品 エプロン、三角巾（バンダナ）、手拭きタオル、マスク

■申込み 幸袋交流センター窓口または、お電話、飯塚市の公式ライン（24時間受付）でお申し込みください。（TEL・FAX22-1189）

※同時期の申込みに関しましては、公式ラインの方が優先になります。



## ★...●...○...☆...特定健診・若年者健診・がん検診のお知らせ

飯塚市では、市民の皆様が受診できる特定健診・若年者健診・がん検診を実施しています。健康診査・検診を受けて、ご自分の健康管理に役立ててください。

●とき 6月14日（金）午前中

※時間予約制のため、具体的な時間は申し込み時にお知らせいたします。

●よやく 予約先：集団検診（健診）コールセンター TEL22-5527

受付開始：5月7日（火）8時半～

受付終了：6月6日（木）まで

●ところ 幸袋交流センター

●対象者 特定健診：飯塚市国民健康保険加入の40～74歳

若年者健診：飯塚市に住民票のある19～39歳

がん検診：飯塚市に住民票のある以下の方

胃がん・肺がん・大腸がん・肝炎ウイルス検査…40歳以上

前立腺がん検診…50歳以上の男性

子宮頸がん検診…20歳以上の女性

乳がん検診…40歳以上の女性

●問合せ 飯塚市 特定健診・若年者健診 TEL24-4002（予約先ではありません。）

がん検診 TEL96-8613（予約先ではありません。）

※予約状況に応じてご希望に添えない場合もありますので、ご了承ください。

## ★...●...○...☆...5月行事予定

5日（日）	幸袋地区グラウンドゴルフ交流大会
6日（月）	第23期ジュニアリーダー結成式
16日（木）	あんしん・元気サロン
13日（月）	幸袋校区老人クラブ 総会
18日（土）	幸袋まち まちづくり協議会 総会



## 子ども会ポッチャ交流大会参加者募集



教育・文化部会

ポッチャは、老若男女、障がいの有無に関わらず、全ての人と一緒に、そして競い合えるスポーツです。初心者でも気軽に楽しめますので是非ご参加ください。

◇日時：5月12日（日）8時半～

◇場所：幸袋交流センター体育館

◇対象：幸袋地区 小学生

※低学年の参加者は保護者同伴でお願いします。

◇持参品：水筒、体育館シューズ（室内履き運動靴等）

※大会当日は、体育館に入る保護者も体育館用のシューズまたはスリッパをお持ちください。

◇申込方法：5月7日（火）17時迄に幸袋交流センターに申込書を提出してください。（TEL・FAX 22-1189）

◇主催 幸袋まちまちづくり協議会 教育・文化部会

## さつまいも苗植え体験会



地域づくり部会

さつまいもの苗を植えてみませんか？秋には、さつまいもを掘りましょう！そんな、楽しい時間を過ごしませんか？

◇日時 5月26日（日）9時より2時間程度※雨天の場合は、中止します。

◇集合場所 幸袋交流センター駐車場

場所は、目尾簡易郵便局裏手にある畑です。

◇対象 幸袋地区住民ならどなたでも

※小学生以下は、保護者同伴でお願いします。

◇定員 50名程度※定員になり次第締め切ります。

◇服装 汚れてもいい服装・軍手・タオル

◇申込方法 幸袋交流センター窓口または電話でお申込みください。（TEL・FAX 22-1189）

◇受付日 5月7日（火）より受付開始 月～金 8時半～17時

◇主催 幸袋まちまちづくり協議会 地域づくり部会

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 参加無料

【飯塚市総合体育館】5月13日（月）19時半～

【穂波体育館】5月27日（月）19時半～

【筑穂体育館】5月7日（火）、6月4日（火）19時半～

★グラウンドゴルフ 参加費100円

【穂波グラウンド】5月14日（火）19時～

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 TEL22-0380(内線：2422)



～人権を尊重し、人と人をつなぐかけはし～

## かけはし



テーマ「アンコンシャス・バイアス」（無意識の偏見・思い込み・決めつけ）

アンコンシャス・バイアスと聞くとまた横文字か～と思われる方も多いのではないのでしょうか？言い換えると（無意識の偏見・思い込み・決めつけ）のことを言います。多くの人の心にもあるものなのです。具体的な例として

その1) ある会社に午後1時に訪問することを訪問先にも連絡している。予定どおり1時に受付に到着すると、受付の方が「少々お待ちください」と言われて担当の方を呼び出してくれた。皆さんは 受付の方は男性？ 女性？ どちらを思い描かれましたか？  
普通に女性だと思われた方も多いのではないのでしょうか？



最初に受付の方とは伝えましたが女性とも男性とも伝えていませんが「受付担当者＝女性」多分女性だろうなと思われたのではないのでしょうか。そう思い込んでいることをアンコンシャス・バイアスといいます。（無意識の偏見・思い込み・決めつけ）



その2) おじいちゃんが孫の太郎君にランドセルを買ってあげた。

孫(まご) = 男の子 = ランドセルは黒 ⇒ アンコンシャス・バイアス

昔 ランドセル・・・男の子 黒のランドセル 女の子 赤のランドセル

今 ランドセル・・・男の子、女の子どちらも自分の好きな色のランドセルを買うことが当たり前。女の子が青のランドセルを買ってもらったり、男の子が緑のランドセルを買ってもらったりするなど時代とともに変化していることもあるのです。

その3) 男は仕事で家族のために稼ぐ、女は家庭で子育てに専念する。これもアンコンシャス・バイアスです。今の時代男性にも育児休暇制度があり企業も積極的に推進している時代です。〇〇はこうあらねばならないではなく、この考えはどうなのかな？と自分に問い返していくことが大切になります。自分の考えが相手の考えと同じとは言えません。生まれ育ちによっても考えが違って当たり前です。お互いの考えを知り、互いを尊重しみんなが気持ちよく生活していくためにどうすべきか考えてみませんか。

NPO 法人 人権ネットいづか 人権同和啓発推進員（幸袋地区担当）平山 直詞

## 飯塚市少年の船参加者募集～スタッフも同時募集～

飯塚市の子どもたちが一堂に集い、団体生活で班行動、レクリエーション活動等で礼儀やマナーを学び、社会性を培い、社会生活に反映できるような力を身につけてもらうことを目的として実施しております。少年の船スタッフさんも同時募集中です！

●日時 8月2日（金）～5日（月）

●場所 沖縄本島 ※今年度も往復で飛行機を利用します。（今回は、船には乗りません。）

●募集人員 ①子ども団員（市内学校在校生）小学4年生～6年生 40名 中学1年生 若干名

②ジュニアリーダー 中学2年生～高校生 若干名

③シニア団員 概ね50歳以上75歳未満 若干名

④指導員 若干名

※定員に達し次第締め切りとさせていただきます。

●参加費 小学生団員 63,000円 中学生以上 65,000円

※別途、事前事後研修の費用負担があります。

●募集期間 5月1日（水）～5月24日（金）

●申込先 飯塚市飯塚14番67号 イイツカコミュニティセンター内 生涯学習課（TEL22-3274）

※募集開始日より、市内各地区交流センターにて申込用紙の配布・受付を行います。