

フレイル予防サポーター養成講座

飯塚市フレイル予防サポーターは、飯塚市でのフレイル予防に関する活動を支援する市民サポーターです。

活動としては、フレイルチェックの進行及び補助、飯塚市（地域包括支援センター）が実施するフレイル予防を目的とした教室の運営補助（会場準備・受付の手伝いなど）があります。

サポーター活動を通してサポーター自身もフレイル予防に取り組んでいただくことも活動目的のひとつとしています。特別な経験や資格は必要ありません。市が主催するフレイル予防サポーター養成講座を一度受講していただければ、どなたでもサポーターになることができます。

対 象：飯塚市に住民登録がある人
フレイル予防に関心があり、フレイル予防サポーターとして活動できる人

募集人数：20人程度※先着順

費 用：参加費無料

内 容：講義とフレイルチェックの実技講習

日時・場所：令和6年11月27日（水）10時00分～15時00分（受付 9時30分～）
※12時00分～13時00分 昼休憩
飯塚市役所本庁 2階多目的ホール
（飯塚市新立岩5-5）

●申込み・問い合わせ 高齢者支援課 高齢者支援係
TEL 0948-22-5500（内線1141）
FAX 0948-25-6214

スマートフォン教室

スマートフォン初心者大歓迎！
参加無料 講座時間 1回 120分
★スマートフォン無しでも参加可能

***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。***

このスマートフォン教室は飯塚市 高齢者支援課が実施している
高齢者モバイル端末機器取得奨励補助金の対象教室のひとつです。

●日 時：11月 22日（金）10:00～12:00
●場 所：菰田交流センター 大研修室
●対 象：飯塚市在住の方
●定 員：20人程度
●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10時～午後5時）

●運営・問合せ：株式会社 DNP エスピーイノベーション
（ご連絡は上記コールセンターまで）
●主 催：飯塚市 業務改善・DX 推進課

菰田地区 社会福祉協議会

ふれあいセンター 心配事相談

日 時：随時受付中
時 間：13時～16時
場 所：菰田交流センター

一斉清掃活動

10月2日に、交流センター職員でゴミ拾いをしました。「これからの子どもを考える集い」でゴミ拾いをした後だったので、ゴミはそれほど落ちていませんでしたが、たばこの吸い殻がたくさん落ちていたのが気になりました。たばこの吸い殻は、人体や環境にも悪影響を及ぼす有害物質が含まれています。喫煙される方は、正しい捨て方をしていただくようお願いいたします。

菰田地区は地域の皆さんのご協力によりきれいに保たれています。ご協力をお願いいたします。

飯塚レクリエーション研究会 飯塚レクリエーションスクール 受講生募集

地域や福祉の職場など色々な場面で活用できる「あそび」の知識や技術を学んでみませんか？

〇と き
第1回（開講式&アイスブレイキング）
11月6日（水）19時～21時
第2回（野外活動）
11月23日（土）10時～12時
第3回（地域いきいきサロン等での実践プログラム）
11月27日（水）19時～21時
第4回（企画・運営のノウハウ）
12月4日（水）19時～21時
第5回（クリスマスクラフト）
12月11日（水）19時～21時
第6回（プログラム実践）
12月18日（水）19時～21時

※興味のある講座だけ受講も可能です
※日程は追加される可能性があります。

〇と こ ろ イイツカコミュニティセンター
（飯塚市飯塚 14-67）

〇募集人数 各20人（先着順）
〇受 講 料 1回受講につき1,000円
（教材費等含む）

〇申込期間 随時受付
〇申し込み 生涯学習課
Tel0948-22-3274 FAX0948-22-3609

※この講座は、（財）日本レクリエーション協会公認レクリエーションインストラクター資格取得用の単位として認定されます。

令和6年11月1日号 菰田交流センターだより

NO. 080

KOMODA

編集・発行 菰田交流センター
飯塚市菰田東1丁目7-45
TEL/FAX 23-6819
～Children are treasure of the areas～

～たくさんのひな鳥が羽ばたき未来へ繋ぐ～

100th anniversary

菰田小学校 100周年記念事業

2024年11月23日（祝）
11:00 開場
11:20 オープニング演奏（一中吹奏楽部）
11:30 つどいの部（地域の方々）start
場 所：菰田小学校グラウンド

餅まき・風船飛ばし
飯塚第一中学校吹奏楽部の演奏に合わせ
学校・地域・PTA・卒業生「校歌大合唱！」
主催：菰田小学校 100周年記念実行委員会

NARAU

まつり菰田 with 近短大梅華祭

11月3日（日）開催です！

今年度も盛大に祭りを開催したいと思います。
地域の皆さまのご協力ご理解を賜りますようお願いするとともに、多くの方にご来場いただけますよう何卒お願いいたします！

当日、交流センターには一般の方は駐車できません。以下の駐車スペースを準備しておりますのでご利用ください。

《 駐車場の場所 》

8時30分～	近短大（出入口は裏門）
	わかつき飯塚（旧ふれあい菰田）
	天理教
	下津眼科
	菰田小学校運動場

出店はすべて現金売りです
小銭の準備をお願いします

雨天決行です。皆さん遊びに来てください♪

e-ZUKA カレフェス大抽選会もあります！

11月の行事予定

☆書道教室	☆和太鼓教室	☆おもしろ教室	◎今月の放課後子ども教室	9/5 11 秋季夜警	29日（金）	27日（水）	24日（日）	23日（土）	20日（水）	17日（日）	16日（土）	15日（金）	12日（火）	11日（月）	6日（水）	5日（火）	3日（日）	2日（土）			
9日	14日	B7	A7		レディーズ防犯・防災部会バスハイスク	まち協防犯・防災部会バスハイスク	（ネットワーク委員会）※パトロール	まち協防犯・防災部会バスハイスク	菰田小学校文化・健康体育会	まち協防犯・防災部会バスハイスク	グランドゴルフ大会（予備日）	まつり菰田 決算報告	レディーズスカレッツクリスマス飾り	社協プランニング会議	婦人部支部長・副部長会議	赤い羽根共同募金（大口法人募金）	自治会長会 定例会	民児協 バス研修	ソフトサンデー 監督会議	まつり菰田 with 近短大梅華祭	まつり菰田 準備
金	木	木	水	水	水	火	火	土	土	土	土	土	土	土	土	土	土	土	土	土	
15	14	14	13	13	13	13	13	13	13	13	13	13	13	13	13	13	13	13	13	13	
22	21	21	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	
29	28	28	27	27	27	27	27	27	27	27	27	27	27	27	27	27	27	27	27	27	

まつり菰田 来てね♪

今月の休館日

3、17日
（第1、第3日曜日）

今月のサークル

健康麻雀（金）	フアラ・エンゼル	ヨガ	健康麻雀（水）	健康体操ナーディ	趣味のパソコン	カラオケ
金	木	木	水	水	水	火
		7				
15	14	14	13	13		12
22	21	21	20	20	20	19
29	28	28	27		27	26

※裏面もご覧ください。

ご不明な点は、主催者やサークル代表者へご確認ください。

第50回記念 菰田地区住民大運動会は盛会のうちに終了いたしました！ 9月29日（日）



スポーツの秋 参加されたみなさんおつかれさまでした

これからの子どもを考える集い 10月5日（土） まち協主催

今年度も総勢160名の幅広い世代の参加者で、通学路周辺のゴミ拾いと危険箇所点検を行いました。開始少し前に雨がザーッと降りましたが、天気も回復し、予定通り各6拠点から交流センターを目指してスタートしました！

危険箇所として一番多かったのは「スピードを出した車が多い」、次に、「停止線が消えかかっている」「雑草が歩道や溝を覆っていて危険」など30件以上の報告がありました。危険箇所については県や市に意見を挙げ、安全な環境に改善できるよう活動をしていきます。頑張った後は、BBQで地域の交流をはかりました。

子どもたちは、お菓子作りゲームやダンス、恒例のロシアン・ルーレット・シュークリーム（どんな味？）で大変盛り上がっていました！



市年齢別ソフトボール大会10月13日（日）

優勝 柏の森チーム
準優勝 駅通りチーム

駅通りチーム
準優勝おめでとうございます！



菰田地区ソフトバレーボール大会 10月20日（日）

優勝 中央通りチーム
準優勝 昭和通りチーム



白熱したラリーが繰り広げられました！

飯塚市二十歳を祝う会案内状の発送について

- 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
- 開催日時：令和7年1月12日（日）13時開式（受付12時～）
- 場所：イツカコスモスコモン
- 発送日：式典対象者に12月17日（火）までに届くよう発送（予定）します。

二十歳を祝う会実施形式について

- 今年度も、集合WEB併用形式で実施します。
式典はイツカコスモスコモンで開催し、当日来場できなかった方のために、YouTubeで式典の様子を配信し視聴可能にします。
- ※ その他、詳細は市のホームページをご覧ください。

○ 問い合わせ 生涯学習課 ☎0948-22-3274 FAX0948-22-3609



案内状が届かなかった方や11月1日以降に転入された方は、12月18日（水）以降にお問い合わせください。

菰田地区 ねんりんふれあい会食会のご案内

令和6年11月20日（水）11:30開会



赤い羽根共同募金

朝夕の冷え込みが厳しくなり、皆さま方におかれましては、いかがお過ごしでしょうか。

今年の「ねんりんふれあい会食会」は、「パドドゥ・ル・コトブキ」にて楽しみたいと思っています。菰田地区社会福祉協議会が主催し、民生委員・児童委員と福祉委員の皆さんがお世話をいたします。お忙しいとは存じますが、ぜひ、多数ご参加くださいますようお願いいたします。

集合時間：送迎バス 1便 10時30分集合 2便 11時00分集合
※ご自分で会場へ行かれる方は、開会時間までにお越しください。

集合場所：菰田西地区は「飯塚駅前」
菰田東地区は「菰田交流センター前」

会場：パドドゥ・ル・コトブキ（寿会館） 0948-22-5138

会費：1,000円

開催内容：防犯講習、歌謡ショーなど

対象者：菰田地区内の後期高齢者（一人暮らし・いきいきサロン参加者 ほか）

菰田ネットワーク委員会委員・菰田地区福祉委員・菰田地区自治会長

参加申込：会費を添えて、11月6日（水）までに民生委員へお申し込みください。

なお、キャンセルについては、11月11日（月）までにご連絡ください。

※詳しくは、配布のちらしをご覧ください、地区の担当民生委員または福祉委員にお尋ねください。



「お国料理教室」

日時：12月8日（日）10時～13時
場所：菰田交流センター 調理実習室（2F）
内容：韓国の郷土料理教室
参加費：500円（講座当日にお支払いください）
持参品：エプロン・三角巾

定員：16名 定員になり次第締め切ります

※ 切：11月22日（金）
※ 電話にてお申し込みください
※ 作った料理はみんなで試食します

・チャプチェ（春雨）
・ペチュエジョン（白菜料理）
・スンドゥブチゲ

主催：菰田まちづくり協議会
文化・健康体育部会

問合せ・申込先：菰田交流センター
TEL/FAX 23-6819



レジャー・スポーツ・カルチャー

予定と活動報告

☆趣味講座【ブッダナツのクリスマス飾り】

- と き：11月15日（金）10時より
- 場 所：菰田交流センター 大研修室
- 場 所：原田 愛子さん（アトリエBranch）
- 参加費：1,000円（当日お支払いください）
- ※ 切：11月8日（金）

みそ作り 10月11日（金）

前日の大量の豆炊きは、圧力鍋と大鍋を駆使して行いました。油断したらシュシュと噴き出し、ふきこぼれて大変！

当日は調合してある麹菌に、茹でて潰した大豆を混ぜ合わせ団子状にしたものを、思いきり鍋の中に投げ入れて空気抜きをしました。ジッパー付きの袋へ均等に分けて持ち帰りました。

健幸講座のお知らせ

最近外出が減り、閉じこもりがちになっていませんか？
社会的つながりが途絶え、こころや身体のはたらきが弱くなった状態を『フレイル』といいます。

健幸講座に参加して『フレイル』を予防しませんか。

対象者：菰田地区の75歳の方や介護予防に関心のある方
内 容：介護予防教室（運動等）

日時：令和6年11月13日（水）13:30

受付13時20分～

場 所：鶴三緒公民館

参加費：無料

持ち物：タオル・飲み物

新規参加者は
おみやげが
あります!!



※申し込み期限は11月11日（月）まで
申し込み先：飯塚市社会福祉協議会 本所 地域課
TEL 0948-23-2210 FAX 0948-23-2262

☆シバスハイク【豊前方面】

- と き：11月29日（金）
8時50分集合 菰田交流センター
9時00分出発
※帰りの到着時刻は16時30分頃です
- 参加費：8,000円（申込時にお支払いください）
- ※ 切：11月22日（金）



各講座の申込・問合せ先：菰田交流センター TEL/FAX 0948-23-6819
※ 電話か窓口にてお申し込みください 参加費は講座当日にお支払いください

