

2026  
3月号

# たてい わ

交流センター  
だより



3月休館日

1日(日)・15日(日)



令和8年3月1日発行

第96号

編集発行

立岩交流センター  
新立岩8番13号  
☎23-6000  
FAX 23-6001

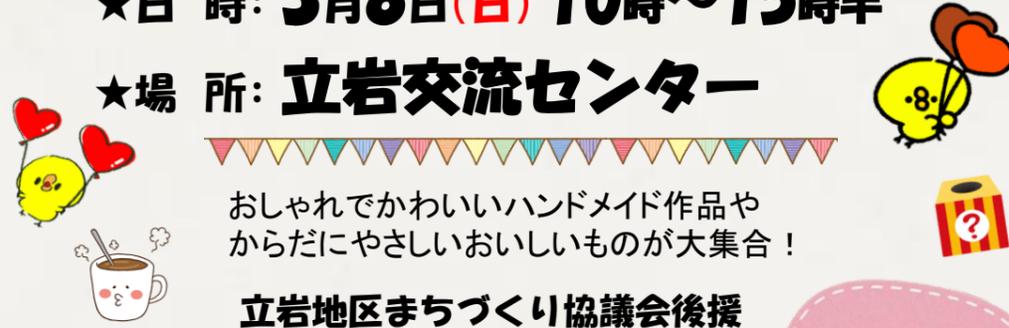
## 「Bondsマルシェ in 立岩」開催!

★日時: 3月8日(日) 10時~15時半

★場所: 立岩交流センター

おしゃれでかわいいハンドメイド作品や  
からだにやさしいおいしいものが大集合!

立岩地区まちづくり協議会後援



キッチンカーも  
来るよ~♪



## 交流センター講座 「春の寄せ植え講座」

春のお花であなただけの小さなガーデンをつくりませんか?  
季節を感じる癒しのひと時を一緒に楽しみましょう。

- 日時: 3月18日(水) 14時~16時
- 場所: 立岩交流センター2F 第4研修室
- 参加費: 2500円 ●定員: 10名(先着順)
- 持参品: 花切りバサミ(こちらにご用意もあります)
- 受付日: 3月2日(月)~
- 申込み: 二次元コード、またはお電話でお申込みください。

お電話の場合: 立岩交流センター ☎0948-23-6000  
【平日9時~17時、土曜日9時~12時】



入場  
無料

## みんなのまちづくりフェスタ

2026

- 日時: 3月20日(金・祝) 11時~15時半
- 場所: イヅカコスモスコモン(飯塚市飯塚14番66号)
- 内容: ◇協働のまちづくり事例発表会

地域を盛り上げている各地区のまちづくり協議会が令和7年度に取り組んだ活動について発表します。

《発表団体》\* 11時10分~11時40分: 庄内地区まちづくり協議会  
\* 11時40分~12時10分: 一般社団法人 二瀬まちづくり協議会  
\* 12時10分~12時40分: 飯塚東地区まちづくり協議会

◇フードコーナー・キッチンカー ◇大抽選会  
◇体験コーナー(モルック・射的・スライムづくり・SDGs体験など)  
※飯塚市合併20周年記念式典同日開催

- 問合せ: 飯塚市まちづくり推進課 ☎0948-96-8256



将来

立岩地区まちづくり協議会主催

## 一般・子育て講座 「FPママによるマネーセミナー」

物価高が止まらない今だから、将来を見据えていまからできることをやっていきたいですね!  
ファイナンシャルプランナーの河津さおりさんをお迎えして、大切なお金を上手に運用するお話を伺います。 ※この回は託児があります(6組)

- 日時: 3月27日(金) 10時~11時15分 ●場所: 立岩交流センター2F 第4研修室
- 講師: Mapコンサルティング 河津さおりさん ●対象: どなたでも参加できます
- 持参品: 筆記用具、託児希望の方は赤ちゃんの託児用荷物
- 受付日: 3月2日(月)~
- 申込み: 二次元コード、またはお電話でお申込みください。

お電話の場合: 立岩交流センター ☎0948-23-6000

【平日9時~17時、土曜日9時~12時】



イベント詳細HP  
QRコード



QRコードは株式会社デンソー  
ウェブの登録商標です



# 今月の行事予定

- 2日 子ども会定例会
- 3日 熟年者マナビ塾  
まち協四役会議
- 5日 ネットワーク定例委員会  
民児協定例会  
SDGs研修
- 6日 地区連
- 7日 飯塚チャンピオンズカップ  
(庄内交流センター)
- 8日 Bondsマルシェ
- 10日 熟年者マナビ塾
- 12日 ふれあい弁当  
婦人部長会議  
一般講座  
「元気アップ転倒予防体操」  
まち協運営委員会  
一中卒業式
- 13日 体振理事会
- 17日 立岩小学校卒業式
- 18日 一般講座  
「春の寄せ植え講座」
- 20日 みんなのまちづくりフェスタ
- 24日 熟年者マナビ塾
- 27日 子育て講座あいあい  
「FPママによるマネーセミナー」



## 飯塚図書館開館のお知らせ

飯塚図書館は改修工事のため休館しておりましたが、4月1日(水)9時半より開館いたします。  
再開に向けた準備のため、休館期間中にコスモスコモン内に設置しておりました「サテライト飯塚」は3月8日(日)をもって終了いたします。4月1日(水)の開館までは、ちくほ・庄内・穂波・穎田の各図書館をご利用ください。

飯塚レクリエーション研究会

## 春を探そう ティキャンプ アウトドアスクール参加者募集



野草を使った天ぷらやご飯を食べて、アウトドアクラフト等の体験を楽しみましょう。

- 日 時:3月14日(土) 10時~13時 ●場 所:幸袋交流センター
- 募集人数:20名(先着順、定員になり次第締め切り、未就学児無料)
- 持参品:飲料水、軍手、動きやすい服装、  
米1合・空き缶350ml 1個(1グループにつき)
- 参加費:1人500円(材料費・保険料含む、就学前児無料)
- 申込期間:3月1日(日)~3月9日(月)
- 申込方法:飯塚市公式LINE予約機能
- 問合せ:生涯学習課(イヅカコミュニティセンター) ☎0948-22-3274



## ~人権コラム~

### 90歳を過ぎた時の あなたの健康目標は・・・?



健康は私たち一人ひとりに与えられた大きな財産であり、人権研修では健康な生活を送るために役立つ話を取り上げています。その中で、今回は鎌田 實医師の話を紹介します。

鎌田 實氏は長野県を「長寿日本一の県」に押し上げたことで有名なお医者さんですが、ご自分の健康目標を「私は90才を過ぎても、寝たきりにならず、認知症にもならず、好きなお店で食事して、日帰り温泉に行くぞ!」と紹介されました。なるほど、そうなったらいいですね。

そして、具体的に次のような「体の老化を遅らせる3つの健康法」を示されています。

- ①朝、日光を浴びて楽しく活動  
→(例)体操・ウォーキング・ガーデニングなど
  - ②心地よい会話  
→(例)人をほめる、感謝する、その日の良いことを3つ書き出す
  - ③ボランティア・サークル活動  
→(例)人から認められ感謝されると、健康ホルモンが噴出
- 皆さんは上の①、②、③のうち、実践されていることがありますか? 何かの参考になれば幸いです。

NPO法人人権ネットいづか 人権・同和問題啓発推進員 山下 勲

~飯塚市スポーツ推進委員協議会よりお知らせ~

## ニュースポーツ教室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】 ●日 時:3月9日(月)、4月13日(月) 19時半~

【穂波体育館】 ●日 時:3月16日(月)、4月20日(月) 19時半~

【筑穂体育館】 ●日 時:3月3日(火)、4月7日(火) 19時半~

### 《グラウンドゴルフ教室》

【飯塚市グラウンドゴルフ場】 ●日 時:4月25日(土) 10時半~

#### ~参加事項~

- ① 誰でも参加できます。事前申込みは不要です。
- 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 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 ☎0948-96-8699

## 今月のサークル案内

### 【月曜日】

- ★ヨガA.....2 9 16 23
- ★洋裁1・2.....2 16 23
- ★囲碁3.....2 9 16 23

### 【火曜日】

- ★おしゃれ絵手紙...10
- ★華道...10 24

### 【水曜日】

- ★日舞・智賀...4 11 18 25
- ★着付...お休み
- ★3B体操...4 11 18 25

### 【木曜日】

- ★フォークダンス...5 12 19 26
- ★ヨガC.....5 12 19 26

### 【金曜日】

- ★木目込1・2...6 20
- ★囲碁1・2...6 13 20 27

### 【土曜日】

- ★歌謡.....7 14 21

