



# 6月 飯塚片島

飯塚片島交流センターだより 第99号  
令和8年6月1日発行  
★編集・発行 飯塚片島交流センター  
★飯塚市本町20番17号 TEL/FAX 0948-22-2379



## 6月☆いかたカレッジ☆のお知らせ

- ・とき 6月16日(火) 10時半～12時
- ・ところ 飯塚片島交流センター 2階 大研修室
- ・内容 ①あかね染め体験 (2階 調理室)  
②包括支援センターくぬぎ苑さんの体操  
※活動量計をお忘れなく!
- ・持ち物 室内シューズ・飲み物
- ※参加対象者:4月に申込をされている方

【欠席のご連絡先】  
飯塚片島交流センター ☎0948-22-2379  
月～金曜日 8:30～17:00  
土曜日 8:30～12:00

## ♡いかた子育て応援講座♡ こころの書 みんな違ってみんな素敵な筆文字講座

- ・とき 6月17日(水) 10:00～11:30
  - ・ところ 飯塚片島交流センター 1階 第2研修室
  - ・講師 中村 美恵さん
  - ・定員 12名 (定員になり次第〆切)
  - ・参加費 300円 (当日徴収)
  - ・持ち物 こちらで準備します☆
  - ・共催 飯塚地区社会福祉協議会
- 飯塚片島地区の方を優先させていただきます  
地区内の方の受付は6月1日(月)～  
地区外の方の受付は6月4日(木)～
- 【申込み・問合せ】  
飯塚片島交流センター ☎0948-22-2379  
月～金曜日 8:30～17:00 土曜日 8:30～12:00

昨年に続き2回目の開催となりました☆  
筆文字とは、、、  
筆ペンで絵を描くように字を書く事です。  
どなたでもすぐに書けるようになります。  
心のままに想いを伝えるオンリーワンの  
“書”です。

## ♡いかた子育て応援広場♡ 足もみ講座♡(ご自宅でもできる簡単なケアをお伝えします)

- ・とき 6月30日(火) 10:00～11:30
  - ・ところ 飯塚片島交流センター 2階 和室1号・2号  
ナガソエ マユミ
  - ・講師 リフレ 長副 真由美さん
  - ・定員 10名 (定員になり次第〆切)
  - ・参加費 無料 (クリーム・マッサージ棒はこちらで準備します)
  - ・持ち物 バスタオル・飲み物
  - ・共催 飯塚地区社会福祉協議会
- 飯塚片島地区の方を優先させていただきます  
地区内の方の受付は6月1日(月)～  
地区外の方の受付は6月4日(木)～

【申込み・問合せ】  
飯塚片島交流センター ☎0948-22-2379  
月～金曜日 8:30～17:00 土曜日 8:30～12:00

### ※注意事項

- ・足に炎症がある方
- ・妊娠中/出血/血栓のある方は控えてください
- 【当日】
- ・膝上まで出せる服装
- ・服薬は1時間前まで

## 子ども会ボッチャ大会☆

4月26日(日)に飯塚小学校体育館にて、子ども会の活動としてボッチャ大会を開催しました!

ボッチャは、ヨーロッパで考案されたパラリンピックの正式種目で、「地上のカーリング」とも呼ばれる球技です。年齢・性別・障がいの有無に関わらず、誰でも一緒に楽しめるユニバーサルスポーツとして注目されています。

【内田会長の挨拶】



【6年生お手本のラジオ体操】



元気な子ども達は、1点でも多く点を取りたいと真剣な眼差しでボールを見つめ、試合に臨んでいました!

終始和やかな雰囲気、今年も笑顔いっぱいのボッチャ大会となりました。

上位2チームが6月28日(日)に幸袋交流センター体育館で行われる、『第16回 飯塚市子ども球技大会 ボッチャ大会』に出場します。応援よろしくお祈りします!

☆優勝チーム☆



準優勝チーム☆



3位チーム☆



スポーツ推進委員の方々、子ども会役員の方々、たくさのお手伝いご協力ありがとうございました。

## 6月の行事

### ★飯塚地区 ところ:飯塚片島交流センター★

- 4(木) 10:00 ネットワーク委員会
- 9(火) 11:30 長寿弁当
- 9(火) 14:00 飯塚地区民生委員児童委員協議会
- 9(火) 18:30 避難所運営会議
- 30(火) 18:00 飯塚支部自治会長会

センター休館日 7日(日)・21日(日)

### ★片島地区 ところ:片島公民館★

- 3(水) 13:30 片島地区民生委員児童委員協議会
- 14(日) 9:00 片島地区花の会定例会
- 15(月) 10:00 避難所運営会議(片島小学校)
- 19(金) 11:00 いきいきサロン  
↑終了後・ネットワーク委員会
- 30(火) 18:30 片島支部自治会長会

変更・中止になる場合がありますので、ご確認をお願いします。

# 大雨などの災害の多い季節です。 今一度確認準備をおねがいします!!



## ●非常時の持ち出し品の準備●(いづか防災(冊子)から抜粋)

どのような物をどれだけ備えるかは、一人ひとり異なってきます。また、災害時に必要な物は時間の経過に伴って変化していきます。長時間の対応に備え、下記を参照に確認・準備しておきましょう。

### 【貴重品】

- 現金(小銭を含む)  
※公衆電話用に10円玉、100円玉
- 自宅・車の予備キー
- 健康保険証(マイナ保険証)
- 身分証明書(運転免許証など)
- 【携帯電話・スマートフォン等】
- 携帯電話・スマートフォン
- バッテリーパック、ACアダプター

### 【非常食品等】

- 非常用食品
- ミネラルウォーター

### 【救急医療品】

- 常備薬(持病薬)
- お薬手帳

### 【懐中電灯】

- 懐中電灯(できれば一人にひとつ)
- 電池(切れていないか確認)

### 【その他】

- 衣類(下着・上着など)
- 生理用品
- 粉ミルク・哺乳瓶・離乳食  
(赤ちゃんに必要なもの)
- ウェットティッシュ
- 歯ブラシ
- マスク
- メガネ
- タオル など



これ大事!!

笑顔いっぱい!  
効果バッチリ!

## ロコトレ教室が始まります!!



ロコモティブシンドローム(ロコモ)を予防するための運動教室です。筋肉量は40代以降、加齢とともに減少し、進行すると将来介護が必要になるリスクが高くなるため、若いうちからの対策が有効です。笑顔いっぱい!効果バッチリ!の教室です。運動習慣のない方、「ロコトレ」から始めてみませんか。

※ロコモとは、骨、関節、筋肉など、運動器の衰えによって「立つ」「歩く」といった機能が低下し、生活に支障が出る状態のことです。

- 対象者：40歳以上の市民で医師から運動制限を受けていない人
- 内容：血圧測定、ストレッチ、筋力アップ体操、膝・腰・肩痛予防体操など
- 持ち物：動きやすい服装、室内シューズ
- 料金：無料
- 定員：25人(定員になり次第締切ります)
- 申込：健幸保健課に電話でお申込みください ☎0948-22-0380



- |                    |             |
|--------------------|-------------|
| 飯塚片島交流センター 2階 大研修室 | 13:30~14:30 |
| ①6月11日(木)          | ⑤8月6日(木)    |
| ②6月25日(木)          | ⑥8月27日(木)   |
| ③7月9日(木)           | ⑦9月10日(木)   |
| ④7月23日(木)          | ⑧9月24日(木)   |
|                    | ⑨10月8日(木)   |
|                    | ⑩10月22日(木)  |
|                    | ⑪11月5日(木)   |
|                    | ⑫11月19日(木)  |

※注意事項  
筋力アップ教室(高齢者支援課)  
との重複申込はできません

## 令和8年度 飯塚片島まちづくり協議会 【主な年間行事】

- 6月 9日(火) 避難所運営会議(飯塚地区)
- 6月 15日(月) 避難所運営会議(片島地区)
- 8月 1日(土) ちびっこ夏まつり
- 8月 19日(水) 夏の学習支援会
- 8月 20日(木) //
- 9月 20日(日) 飯塚片島地区バレーボール大会  
(体育振興会)
- 9月 25日(金) 花火大会清掃活動
- 10月11日(日) カローリング大会(体育振興会)
- 11月 8日(日) 飯の山まつり
- 11月21日(土) まちなかイルミネーション設営
- 12月19日(土) 絵画教室『絵を描こう』
- 12月25日(金) 冬の学習支援会
- 12月26日(土) //
- 1月 16日(土) まちなかイルミネーション撤去
- 2月 27日(土) 飯塚・片島小学校卒業入学メッセージ作成
- 3月 4日(木) 飯塚第一中学校卒業入学メッセージ作成

### まちづくり協議会とは

まちづくり協議会は、地域の住民や団体が中心となり、行政と協働して、地域の課題解決や活性化に取り組む組織です。

飯塚市には12の『まちづくり協議会』があり、自治会、こども会、体育振興会、青少年健全育成会、地域福祉ネットワーク、学校など、さまざまな団体が構成されています。

お問い合わせは、飯塚片島交流センター  
までお気軽にご連絡ください。  
☎0948-22-2379

## 飯塚市二十歳を祝う会開催日のお知らせ

- 日 時：令和9年1月10日(日)13時開式(受付12時~)
- 場 所：イヅカコスモスコモン
- 対象者：平成18年4月2日から平成19年4月1日生まれの今年度20歳を迎える方
- 問合せ：生涯学習課(☎0948-22-3274)

## 飯塚市二十歳を祝う会実行委員募集のお知らせ

- 二十歳を祝う会実行委員を募集します!  
令和9年1月10日(日)にイヅカコスモスコモンで開催する二十歳を祝う会を皆さんの力で作り上げませんか?
- 対象者：市内およびその近郊に在住している今年度20歳を迎える方
  - 内容：二十歳を祝う会で配布する記念品の選考や様々な式典アトラクションの企画運営など。
  - 申込方法：窓口及び電話、市ホームページ
  - 申込期限：令和8年7月15日(水)まで
  - 問合せ：生涯学習課(☎0948-22-3274)

## 飯塚市スポーツ推進委員協議会より~ニュースポーツを一緒に楽しみましょう!~ 初心者大歓迎!!

★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：6月8日(月)・7月6日(月) 19時30分~
- 【穂波体育館】  
日 時：6月15日(月)・7月13日(月) 19時30分~
- 【筑穂体育館】  
日 時：6月2日(火)・7月7日(火) 19時30分~

★グラウンドゴルフ教室 参加無料  
【飯塚市グラウンドゴルフ場】  
日 時：6月27日(土) 10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 ☎0948-96-8699