

石見まちづくりセンターだより



バックナンバー
見られます
浜田市 HP でセンター
便り掲載

12月号

石見まちづくりセンター
TEL 0855(22)1380

参加者募集中！申し込みは石見まちづくりセンターまで！

親子で門松づくり



日時 12/27 (水) 13:30~15:00
場所 石見まちづくりセンター
料金 500円
申込み 石見まちづくりセンターまで

地域の人でも大歓迎！
子供だけでも大歓迎！
孫と参加もOK！



去年の様子

ピっぴん寄席

日時 12/10 (日) 13時開場 13時半開演

出演者 露の新治さん

講演講師 松江市立養務教育学校教諭 小林祐介さん

演芸コーナー 豊来家 玉之助さん

定員 50名 (先着順)

会場 石見まちづくりセンター

参加料 無料 申込み 石見まちづくりセンター

書き初め会

先生にアドバイスをもらいながら、
新年の書き初めをしませんか??

書き初めの後は、
みんなでおもちを食べよう♪



日時 1月5日 (金) 13時~15時

持ち物 習字道具一式 (半紙も用意してください)

会場 石見まちづくりセンター

対象 小学生 参加料 無料 定員 15名



去年の様子

くらしの保健室

自分の食事の栄養が見える！

サット

食育 SAT システムと楽しい介護予防体操

日時 12月6日 (水) 10時から12時

参加者 65歳以上 30名先着

場所 石見まちづくりセンター



食品サンプルを選んで機器
に乗せるだけで、食事の栄養
バランスがチェックできます！

望年・師走お楽しみ！ 歌って脳トレ



日時 12/21 (木) 13:30~15:30

場所 石見まちづくりセンター

料金 一人 300円

毎月2回開催してます。
楽しく元気に一緒に活動しませんか♪

問合せ先 石見まちづくりセンター

大盛況でした!!



参加者延べ**260名!**

11/11(土)・11/12(日)に「ふれあいまつり展示会」を開催しました。当日は多くの方に来ていただき、作品も見ただけでした!最後はみんなで歌をうたい、クラッカーを打ち上げて紅白歌合戦のようなフィナーレ!
★ 盛大なお祭りになりました!

第27回 いわみっ子まつり

笑顔で27(つな)ごう最高のきずな!!を開催しました

今年度も実行委員会を開催し、まつりの副題を考え、気持ちを高めました。

そして10月28日(土)に本番を迎え、第一中学校の美術部、生活科学部のみなさんが企画運営した「缶バッジ、スライムやパズル作り、射的」また、中学生と県立大学総合美術サークルとのコラボで「プラ板」は、遊びに来てくれた小学生が楽しい時間を過ごしてくれました。そして今回は、浜田ガスとコラボした美術部のみなさんは海洋ゴミをアートにした大きな作品を制作され、展示をさせて頂きました。また、ラブック号を利用することも出来ました。



くらしの保健室

10月27日に開催しました!

今回初めて食生活改善推進員さんに、「野菜たっぷり塩ちょっぴり」浜田のみんなが健康になるレシピ集から選んだ2品の試食を用意していただきました!参加者のみなさんは、普段から減塩を気にしていたけど今回試食をしてみて、家庭でもう少し減塩しないといけないな。と新たな気づきがあったようです。レシピはネットでも確認できます。(クックパッド 浜田市で検索)

グラウンドゴルフ大会を実施しました。

秋晴れの10月21日(土)、約80名の参加をいただき、浜田市陸上競技場においてグラウンドゴルフ大会を行いました。皆さんが日頃から親しんでいる種目だけに、和気あいあいの中にもレベルの高い競技が繰り広げられ、親睦と交流の輪が広がった楽しい時間となりました。 上位入賞者は以下のとおりです。



優勝 生湯町 脇元英寿さん(打数35)
第2位 長見町 栗原和登さん(打数37)
第3位 野原町 曾利勝凱さん(打数37)

