

# 湯のまちだより

田中 操 先生 書

岩井地区公民館(72-2090) NO305 令和5年11月1日

数で知る岩井地区(10月2日現在)  
女 597人  
男 524人 世帯数  
計1121人 473世帯

## 11月事業・活動のご案内



岩井地区青少協・岩井地区公民館 共催事業

なんでもチャレンジ!

## そば打ち体験教室

打ち立てのそばを味わってみませんか?  
自分で打ったそばの味は格別ですよ!

- ◆日時：11月19日(日)  
9:30~12:00
- ◆場所：町老人福祉センター(岩井)
- ◆持ち物：エプロン・三角巾・マスク・手ふきタオル
- ◆募集人数：12名

※作ったそばは食べずに持ち帰ります。

※お申し込み：11月14日(火)までに  
岩井地区公民館(72-2090)へ  
お申し込みください。



右のQRコードからも申し込みできます!



健康ウォーク!

## 岩井地区お宝再発見!

岩井地区内の名所を散策して、  
魅力を再発見しましょう!  
今回は宇治周辺を散策します。  
日頃の運動不足解消にぜひご参加ください!



- ◆日時：11月25日(土)  
13:30~15:30
- ◆集合場所：岩美町老人福祉センター前
- ◆持ち物：水筒、タオル

※歩きやすい服装でご参加ください  
11月17日までに岩井地区公民館(72-2090)へ  
お申し込みください。

右のQRコードからも申し込みできます!



## 彩々クッキング



久々に料理教室を開催します!  
健康に良い料理と一緒に  
作りましょう!

【献立】

- ・ピーマンの肉詰め
- ・茶碗蒸し他



- ◆日時：11月10日(金)  
9:30~12:30
- ◆場所：岩美町老人福祉センター
- ◆持ち物：エプロン・三角巾・マスク・手ふきタオル
- ◆参加費：300円

※お申し込みは11月2日(木)までに  
岩井地区公民館(72-2090)へ

右のQRコードからも  
申し込みができます!



## 着付けのつどい

着物の着付け教室を開催します。  
お気軽にご参加ください。

- ◆日時：11月11日(土)  
13:30~15:00
  - ◆場所：岩美町老人福祉センター
  - ◆持ち物：着物または浴衣、着付け道具一式
- ※着物は貸出もできます。  
※お申し込みは11月2日(木)までに  
岩井地区公民館(72-2090)へ

## TV会議 システム 楽集ネットワーク

岩美病院と各地区をつなぐオンライン  
健康相談会です!申し込みは不要ですので  
お気軽にお越しください。

- ◆今月のテーマ：  
岩美病院の病床数について  
担当：岩美病院 村島事務長

- ◆日時：11月8日(水) 15:00~16:00
- ◆場所：岩美町老人福祉センター
- ◆お問い合わせ：岩井地区公民館(72-2090)

10/8  
(日)

# 花いっぱい運動

ボランティアロードゆかむり

いわみ農産倉庫前にて花いっぱい運動を開催しました。プランターになでしこ、ビオラ、ノースポールの花苗を360ポット植えました。



また同日、岩井入り口花壇の花苗の植え替えも行われました。

岩井地区が花でいっぱいになりました。  
ご協力ありがとうございました。



10/15(日)  
~21(土)

# 岩井地区公民館まつり

岩美町老人福祉センターにて第12回岩井地区公民館まつりを開催しました。1階で作品展示会を、最終日には4年ぶりにお茶席を開催しました。

延べ130名の方が見に来てくださり、盛大に開催することができました。

作品を出展してくださった皆様をはじめ、会場準備や撤収作業を手伝ってくださった役員の皆様、ありがとうございました。



里久の里の皆様が見に来て  
くださいました☺

岩井地区伝統文化子ども教室  
楽しい生け花の教室生が、お茶席  
のお手伝いをして  
くれました♡



10/12  
(木)

# 岩井白寿会健康相談日

肩こりと猫背予防の  
肩回し

岩美町老人福祉センターにて岩井白寿会健康相談日が開催されました。

今回は鳥取生協病院の廣田さんを講師にお迎えし『フレイルとは～？その予防について』と題し講演されました。フレイル予防の話だけではなく、おうちでできる簡単な筋トレもご紹介いただきました。私も毎日座りっぱなしなので、少しずつ貯筋(筋力を維持すること)をしていきたいなと思いました…

