

発信
配信

受信

竹仁地域センターだより



平成29年度 No. 71 6月号

主催講座報告「ノルディックウォーク IN 福富」
新緑を満喫しながら福富ダムの周辺を歩こう！
5月12日(金) 久芳・上戸野・竹仁地区をはじめ、
西条・志和からもご参加頂き
総勢46名 でウォーキングを楽しみました。

畑岡講師を囲んで記念写真



当日の参加者最高齢は
なんと89歳！

「以前は歩行器が必要だったのが
ノルディックウォークを始めてから
歩行器無しで買物に行けるよう
になった」そうです。

2本のポールで転倒を予防しながら
のんびり自分のペースで歩ける
「ノルディックウォーク」は
老若男女問わず楽しめる
手軽で安全な健康法です！

折り返し地点で

休憩しました♪



念入りに 準備体操と
整理体操をしましょう！



次回は

6/9 金

6月9日(金) 13時~15時
市から派遣される講師による
ノルディックウォーク講座です。
竹仁地域センターに集合・準備体操後
小学校周辺を歩く予定です。

ポールをお持ちでない方にも貸出可能ですので
センターまで電話でご相談ください。

ご参加申し込みを お待ちしています♪

竹仁地域センター 電話 082-435-2301

主催講座報告

絵手紙講座

岡本京子先生を囲んで記念

「下手でいい！
下手がいい！」

絵手紙講座を
5月10日開催しました。

今回はハガキ大の画仙紙に
季節の野菜・花を描きました。
皆さんの生き生きとした筆遣いで
画面からはみ出すほどの素敵な
作品が出来上がりました。

竹仁郵便局に展示中ですので
ぜひご覧ください。



皆さんが持ち寄った
新鮮な野菜やお花をモデルに
素敵な絵手紙が仕上がりました

次回の絵手紙講座は 7月12日です。ぜひご参加ください！



6月14日(水)主催講座 「ペン習字」もご参加お待ちしております♪

鉛筆・筆ペン・消しゴム・書き取り用ノートをご持参ください。

先生のお手本にならないながら、みなさんで美しい字を練習しませんか？

♪♪♪5月23日の歌声喫茶も沢山の参加者で楽しく歌いました♪♪♪

次回は7月25日(火) 福富地区合同のうたごえ喫茶です！

事前に曲のリクエストも受け付けます。ご参加申し込みをお待ちしています。



内田厚子先生の伴奏に合わせ、歌詞を見ながら、童謡・唱歌・歌謡曲・抒情歌などを歌います。
上手・下手は関係なく楽しい時間を共有しています。途中、コーヒー&お菓子タイムもありますよ♪ぜひご参加ください！

竹仁地域センター6月の予定・利用表

日	月	火	水	木	金	土
				1 かたくりの会	2 いいとも書道会	3 <i>Dream・Dream夢</i>
4	5	6 カントリークラフト	7 あぜ道の会 習字教室 銭太鼓	8 すみれの会	9 ノルディック ウォーク ダックスフンド	10 <i>Dream・Dream夢</i>
11	12 健康ヨガ	13 竹仁のえんがわ サロン 映画鑑賞 竹仁カラオケ パートI	14 ペン習字 書道教室 銭太鼓	15 骨密度測定 かたくりの会	16	17 <i>Dream・Dream夢</i>
18	19	20 カントリークラフト 移動図書	21 おばちゃん 知恵袋 習字教室 銭太鼓	22 すみれの会	23 ダックスフンド	24 <i>Dream・Dream夢</i>
25	26 すこやか 運動教室	27 竹仁カラオケ パートI	28 銭太鼓	29	30	

※5月23日現在で使用許可申請の提出があった団体を記載しています ※赤字は主催講座です

6月・7月の講座のご案内



『竹仁のえんがわ』サロン

映画鑑賞

日時 6月13日(火) 10時から
場所 ホール
参加費 無料



※昼食準備の為、申し込みが必要です
※映画は13時からの予定です。

ノルディックウォーキング

日時 6月9日(金) 13時~15時
場所 竹仁小学校周辺
竹仁地域センター集合
内容 ノルディックウォーキング
参加費 無料



※ポール貸し出しの人は申し込み時に
お知らせ下さい。

はじめてみよう!

大人のペン習字

日時 6月14日(水) 13時半~15時
場所 研修室
講師 安本 麻利枝
受講料 無料
持参物 鉛筆・筆ペン・消しゴム・ノート
定員 15名程度

暮らしの泉『ほっと』

うたごえ喫茶

日時 7月25日(火) 13時~15時
場所 ホール
講師 内田 厚子
参加費 150円(お茶菓子代)
定員 50名

※楽しく歌ってお茶しませんか?

童謡・唱歌・抒情歌・などを歌い、心軽く晴れ
やかに素敵な時間を過ごしましょう!!

今回は久芳・上戸野・竹仁の3町合同です♪

お申し込みは地域センターに、電話または直接お申
し込み下さい。定員のある講座は人数になり次第、
終了します。竹仁地域センター Tel 082-435-2301

ごみ収集のお知らせ

7月12日(水) 可燃粗大ごみ 上竹仁地区の方

7月26日(水) 可燃粗大ごみ 下竹仁地区の方

収集場所
「竹仁地域センター駐輪場」

前日夜から当日朝8時
までの時間に出して下さい。

可燃粗大ごみで収集できるのは **180cm×100cm×200cm以内** の

木製製品・ふとん等寝具類・カーペット・大型かぼん・座椅子など。

ふとん・カーペットなどはひもで縛って出してください。

ガラスや金属類は取り外してから出してください。

ガラスは埋め立てゴミ(指定袋に入らないものは「燃やせない粗大ごみ」)。

金属類は燃やせない粗大ごみです。指定外のゴミがあると 収集車は持って帰りません。

毎回ゴミが残ってしまい駐輪場が使えず問題になっています。皆様のご協力をお願いいたします。

口腔ケアは健康の要です

6月4日は虫歯予防デー



6月4日を「む・し」と読めることから、6月4日から10日までの1週間を「歯と口の健康週間」と定められています。最近フッ素塗布など、虫歯予防の習慣も広まり、子供の虫歯罹患率も低下してきており、治療と同じく予防歯科の意識が高まっています。歯が多く残っている人や、少なくとも義歯等を入れている人では、そうでない人と比較して、年齢、治療中の病気や生活習慣などの影響を取り除いても、その後に認知症発症や転倒する危険性が低いということがわかってきています。口腔ケアは健康・長生きのひけつですね。子供も大人も、早めの治療と、日々のていねいな歯磨きをこころがけましょう。

よろしくおねがいたします。

5月より竹仁地域センターに配属になりました事務職員の正木静です。夫、5歳の娘と3人で 昨年竹仁・公領地区に移住してきました。まだまだわからないことばかりで至らない点が多々あるかと存じますが 一生懸命頑張りますのでどうか温かいご指導ご協力をいただけますようお願い申し上げます。



【竹仁地区の世帯数・人口】

世帯数	456戸
人口	1,037人
男	476人
女	561人

平成29年4月末現在

地域センター便り 5月号 No.71
発行:竹仁地域センター 5月23日
問い合わせ先:435-2301

お知らせ

今年度より輪転機ご使用の際には用紙持込で1枚1円となります。コピー機は今までどおり白黒1枚10円 カラー1枚100円です。ご理解よろしくお願いいたします。