

健康相談

日時 3月15日(金) 10:00~11:30
 場所 岬ふれあいセンター 1階展示ホール
 申込 不要
 内容 ★体組成測定 ★血压測定
 ★保健師等が健康に関する相談に応じます。
 主催 宇部市健康増進課・南部第一高齢者総合相談センター



ウォーキングチャレンジ

1月1日~31日 結果発表



1位 Y.Eさん (6,555歩/日)
 2位 竹ドンさん (5,895歩/日)
 3位 みわさん (4,789歩/日)



2月の岬 あんなこと★こんなこと

2月3日(土) おやこの食育教室を開催しました。



41名の参加があり、6班に分かれて料理を作りました。
 メニューは、おにぎり3きょうだい・野菜だしのミネストローネ・いちご大福！
 包丁で野菜を切る時に大丈夫か心配でしたが、とても器用な包丁
 さばきでビックリ(´Д`)家で料理のお手伝いをしているのかな？
 同じ材料でもそれぞれの班で違う味に・・・自分の班が一番美味しいと
 パクパク食べてみんな大満足！！また、家でも作ってみてね！



岬地区子ども委員会

2月5日(月) 岬こどものつどいを開催しました。

みんなでひな祭りの歌を歌いました。
 福笑いでは、面白いアンパンマンが出来ました。



2月21日(水) 自治会連合会・婦人部 合同研修視察を行いました。

山口県消費生活センターにて、契約、クーリングオフ制度、
 業者の突然の訪問への対応、ネット通販、送り付け商法、
 うそ電話詐欺、パソコンのセキュリティ画面、電子マネー等の
 様々なトラブルや特殊詐欺の現状や対応策を学びました。



令和6年度 開設サークル・同好会紹介

美味さんこう会主催

教室名	実施予定日	時間	対象者	世話人	
3B体操教室	月	毎週	13:15~15:15	一般女性・高齢者	岩本 トミ子
大人の習字教室		第1・第3	13:30~15:30	高齢者	宇野 典彦
アラバレロ・デ・宇部	火	毎週	9:30~12:30	高齢者	久保 圓治
書道教室		第1~第4	16:00~19:00	一般男女・児童	落合 鶴希
銭太鼓		第1・3・4	14:00~15:00	高齢者	新見 昌子
手描友禅		第1・第3	13:00~17:00	一般女性	原田 秋子
岬ころばん体操教室		第4	10:00~12:00	一般男女・高齢者	鈴木 身江子
岬太極拳クラブ		毎週	9:00~12:00	一般男女	保田 清子
岬俳句入門教室		第2	13:00~16:30	一般男女	繁永 末雄
桜風流吟剣詩舞道会		第1~第3	13:30~15:30	一般男女・高齢者	宮田 元昭
宇部市パラスポーツクラブ		水	第2	18:30~20:30	一般男女・高齢者・児童
ダンスエアリアルーキーズ	木	毎週	17:00~19:00	児童	大井 悠子
岬ヨガ		第2・第4	9:30~11:30	一般女性	渡邊 加奈子
アロハ・フラ 岬	金	第1・第3	9:30~11:30	一般女性	児玉 なおみ
ボランティア演芸		第2・第4	13:30~15:00	高齢者	山野 康子
岬さわやか会		第1	14:00~15:30	高齢者	新見 昌子
大人の習字教室	土	第1・第3	13:30~15:30	高齢者	宇野 典彦
ダンスエアリアルーキーズ		毎週	12:00~15:00	児童	大井 悠子
道楽一玖クラブ		第2・第4	12:00~16:00	高齢者	畑谷 利衣
ひまわり会	毎月20日	10:00~13:00	高齢者	宮崎 時子	