

## 健康相談

日時 3月21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 ★血管年齢測定 ★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 みわさん (3,079 歩/日)

2位 はつえさん (2,420 歩/日)



宇部市健康福祉部  
公式Instagram

宇部市の健康づくり・介護予防に関する情報を楽しくお伝えします♪

## 2月の岬 あんなこと★こんなこと



2月3日(月)岬こどものつどいを開催しました。  
今回は「ひなまつり」です。みんなで一緒に歌を歌ったり、  
手遊びをして、楽しい時間をすごしました😊  
今年度最後ということで、NPOチャリティーセンターさんから  
絵本のプレゼントがありました。  
来年度もいろいろ楽しいことを計画していますので、  
また参加してくださいね!!



岬地区母子保健推進員会

2月17日(月)文体協委員の研修会を行いました。  
モルック体験会です。時々、テレビなどで競技をしているの  
を見たことはあるけど…本物を見たのは初めて!! などと  
皆、興味深々(\*。\*) 実際にチームに分かれて対戦しました。  
赤、青、金(?)の3チームをつくり、勝負開始!!  
スキットルという的をモルックで倒す、と一見簡単そうですが…  
倒れると、みんな大騒ぎ!!とても盛り上がりました(\*。\*)



岬地区文化体育連絡協議会

## 令和7年度 開設サークル・同好会紹介

詳細は、岬ふれあいセンター (TEL 21-1625) にお問い合わせください。

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
3 B 体操教室	月	毎週	13:15~15:15	一般女性・高齢者	岩本 トミ子
書道教室	火	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	13:30~14:30	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	10:00~12:00	一般男女	工藤 久枝
岬俳句入門教室		第2	13:00~17:00	一般男女	繁永 末雄
桜諷流吟剣詩舞道会		第1・3・4	13:00~15:00	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
ダンスエアリアルキーズ	木	毎週	17:00~19:00	児童	大井 悠子
岬ヨガ		第2・第4	10:00~11:00	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	13:00~14:30	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
ダンスエアリアルキーズ	土	毎週	12:00~15:00	児童	大井 悠子
こども絵画教室		第1・第2	16:00~18:00	児童	米澤 のり子
道楽一玖クラブ		第2・第4	12:00~15:30	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