

ひょうたんランプ作り講座の様子

4月10日(日)豊岡中央交流センターにて、講師に古山和正さんを迎え、色々な型のひょうたんに幻想的な光を放つ、ひょうたんランプ作り挑戦しました！ひょうたんに鉛筆で線画を描き、目打ちで穴を開け、下部から電球を入れ幻想的な光を放つランプを作りました。これからの季節にピッタリの世界に一つのマイひょうたんランプに仕上がりました。



7月の豊岡中央交流センター 講座案内

夏休み！子ども料理教室 7月24日(日) 9:30~11:30

夏休みの自由課題として、子どもたちが作る料理教室を企画してみました。今回は具沢山のおにぎりやサラダ、オレンジ入りのゼリーをデザートに取り入れ、自分で工夫し作る楽しさ学びます。

対象：小学生3年以上  
定員：10人  
費用：500円(材料費)  
持ち物：エプロン、マスク、三角巾、ふきん、手拭き、食器拭き用タオル2枚、室内シューズを持参

豊岡中央交流センター  
申込み：6月24日(金) 8:30~

6月の豊岡東交流センター講座ご案内(講座申込みは開催日の1か月前からです)

センターだより4月号

**獅子ヶ鼻**  
**トレッキングコースを歩こう**  
5月22日(日)9:00~12:00  
対象:大人 定員:30名 費用:1,000円  
(受講料) 持ち物:必要なもの

**【全4回】椅子に座ってできるヨガ**  
**チェアヨガ**

5月31日・6月14・21・28日(火)  
11:00~12:00  
対象:大人 定員:10人  
費用:400円(受講料4回分)  
持ち物:マスク・飲み物・汗拭きタオル

**東交流センター5月・6月**  
**ロビー展示**  
5月1日(日)~31日(火)  
鈴木隆典と仲間たち「写真展」  
6月1日(水)~30日(木)  
二人展  
「鈴木三千代・平野悦子絵画展」

**【全2回】健康チューブ体操**

6月1日・15日(水)10:00~11:00  
ゴム製のチューブを使用し、だれでも気軽にトレーニングできます。高齢者や怪我の後のリハビリにも適しています。講師は磐田市スポーツ協会から派遣されます。

対象:大人 定員:20人  
費用:200円(受講料)  
※チューブは無償貸与ですが、購入(750円)もできます。  
持ち物:飲み物、汗拭きタオル、マット、運動靴  
その他:マスク着用、動きやすい服装

**美味しさ再発見**  
**本場 韓国料理講座**

6月4日(土) 9:30~12:00  
お馴染みの韓国人講師に美味しい韓国料理を教わります。今回は韓国料理の代表的メニューの「海鮮チヂミ」と「キュリーのキムチ漬け」です。ぜひお越しください。  
対象:大人 定員:15人  
費用:1,600円(受講料100円、材料費1,500円)  
持ち物:マスク・エプロン・三角きん・持ち帰り容器

**季節の養生食 薬膳講座**

6月12日(日)10:00~13:00  
梅雨の主な気候は「湿」です。体内の余分な湿気を除き「胃腸」を補養する食材とその効能を学びます。

対象:大人  
定員:若干名(単発での参加希望者)  
費用:1,600円(受講料100円・材料費1,500円)  
持ち物:エプロン・三角きん・ふきん・筆記用具・持ち帰り容器

**父の日 親子で!**  
**チョコケーキを作ろう**

6月19日(日) 13:30~15:30  
昨年好評だったチョコケーキに再び挑戦します。頑張っているお父さんに感謝の気持ちを込めて、世界に一つだけのチョコケーキをプレゼントしませんか。  
対象:親子(祖父母可)  
定員:10組  
費用:1,700円(受講料100円、材料費1,600円)  
持ち物:マスク・三角きん・ふきん2枚・保冷剤・牛乳空きパック(1L)・子どもさんは上靴持参

豊岡 中央・東 交流センターだより

豊岡中央交流センター  
〒438-0116 磐田市菅貫地76番地5  
☎:0539-62-9130 fax:0539-62-9155  
Email:toyookachuo-koryu@sage.ocn.ne.jp

豊岡東交流センター  
〒438-0106 磐田市敷地1187番地3  
☎:0539-62-6669 fax:0539-62-3426  
Email:toyookahigashi-koryu@tiara.ocn.ne.jp

交流センターを使用される皆様へ

- 発熱等で体調のすぐれない方の使用は控えて下さい。
- マスクの着用、手洗いや手指消毒にご協力をお願いします。
- 使用中、定期的な換気に努めて下さい。(最低1時間に1回5分程度)
- センター内での食事は、ご遠慮下さい。

豊岡中央交流センター  
ホームページ紹介



<https://toyookachuo-kc.jimdofree.com/>

豊岡中央交流センター

~【防犯・交通安全部会】小学校に防犯・交通安全フリーケースを贈呈~

4月19日(火)、豊岡中央・東地域づくり協議会の防犯・交通安全部会及び住民安全部会は、豊岡北小学校・豊岡南小学校の児童全員に防犯・交通安全の意識向上を目的に「いかのおすし」を標語に取り入れたフリーケースを贈呈しました。防犯・交通安全グッズとして日常的に活用頂ければ幸いです。



本の入れ替えをしました!

豊岡中央交流センター「図書コーナー」の本を入れ替えました。本好きな方はもちろん、普段あまり本を読まない方も、子どもたちも大人の方も、ぜひこのコーナーを覗いてみてください。本が、あなたを素敵な世界へ連れていってくれますよ!

どなたでもご利用いただけます。  
本を借りたい方は・・・  
豊岡中央交流センター受付窓口へお越しください  
貸出冊数:1人1回 3冊まで  
貸出期間:貸出日の翌日から14日間

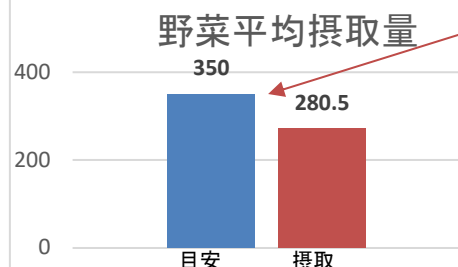


まちな健康【健幸のまど】

磐田市健康増進課 ☎:0538-37-2013

6月は食育月間です!  
**野菜料理をもう1皿増やそう!**

「みなさん野菜食べていますか?」  
2022年も折り返したところで、1度食生活を振り返りましょう。



1日の野菜摂取目標の350gより、全国の平均摂取量が69.5g少ない

- ★野菜70gってどのくらい?
- ほうれん草のおひたし
  - サラダ(小皿)
  - きんぴらごぼう

国が定める目標350gを達成できるように  
**野菜料理+1皿**増やして、  
バランスの良い食生活を  
みんなで心掛けていきましょう!

★350gは生野菜:両手3杯分  
茹野菜:片手3杯分



# 豊岡東交流センター

## 令和4年度 豊岡東地域づくり協議会総会

4月24日(日)に地域づくり協議会総会が体育館で開催され、令和3年度の活動報告・決算報告、令和4年度の活動計画・予算、新役員承認について審議可決されました。

来賓として草地博昭磐田市長、宮澤博之衆議院議員、伊藤方伸地域づくり応援課長、石田和代豊岡支所長、深田研典自治会連合会豊岡支部長、鈴木正人・秋山勝則・山下千賀子市議会議員に出席いただきました。



東地域づくり協議会 会長(兼地区長) 山下 恭史  
 明日は、どんな日になるのでしょうか？ 不安がいっぱいで楽しい事があっても、すぐにしぼんでしまいそうで、…昔もこんな日々だったっけと想います。

そうです、こんな時だから私たちが少し強く生きなければ明日は来ません。明日を創るのは私達です。歴史の多くは、国の代表者や有名人ではない、名もなき私達が造りだしてきました。世の中は一瞬たりとも止まっていたはくれません。

例えば明日も同じような光景を見せてくれそうな太陽や地球…止まっているような、死んでいるような？ そう、太陽は約50億年後に、ふくらんで一生を終わると考えられています。どれ位大きくなるか…木星軌道に達するのではと。そうすると7.8億年(太陽から木星までの概算距離)÷50億年です。答えは0.156。単位を変えると156分。つまり、毎年同じ増え方で大きくなるとしたら今も1年に156分ずつ近づいているって事。実際は、まだこんなに近づいていないはず。20～30億年後には加速度膨張するのかな？ これに対しては、暑くなった地球を離れ、すぐ外隣を回る火星に人類(他の生物も)を移住させるとの案があります。

現在、火星は大気が薄く寒いので、地球で進行中の「温暖化問題」を持ち込み地球に変えれば良いと考えられています。近く火星に人を送り、計画を具体化させようとしています。単位が大き過ぎて明日どうなるというものではないので、どうでもいい事のように思いますが、これは現実でSFや寝言ではないのです。

こんなことを想えば、私達が今やるべきことは何なのか？ 未来に子どもや孫に私達の想いを繋げていくにはどうしたらいいのかを考えねばなりません。話が大きくなりましたが重ねて言えば、歴史(明日)は名もなき私たちが造るものです。頭を柔らかくして明日を想い、創造していこうではありませんか！ いつもありがとうございます、これからも仲良くやりましょう！

## 豊岡南小学校

[TEL:0539-62-2155]



**命を守る訓練**  
地震が起こった時の動きや避難の仕方を改めて学びました

**入学式**  
43名の児童が入学しました。呼名のときには大きな声で返事ができ、立派な態度でした



1学期がスタートして、3週間が経ちました。子供たちは、新しい学年や学級、友達にも慣れ、元気に活動しています。

4月22日(金)に、新型コロナウイルス感染防止をしながら、参観会・懇談会を実施しました。PTA総会は紙面決議としました。授業公開では、頑張っている子供たちの様子を、多くの保護者の方に参観していただきました。



**授業参観会**  
久しぶりに保護者に授業に取り組む様子を参観していただきました



**1年生への読み聞かせ(6年生)**  
最高学年としての自覚が芽生えています

## 豊岡南幼稚園

[TEL:0539-62-2544]

年長組は、友達と協力し合っ  
て竹馬に取り組んでいます。



年中組はこのぼりを作り、青空の下、気持ちよさそうに泳ぐ様子を楽しみました。



年少さんは、少しずつ幼稚園にも慣れ、園庭を駆け回り笑顔いっぱいです！



アルミ缶回収強化日は、5月18日(水)です。御協力をお願いします。

教育目標 「笑顔いっぱい やる気いっぱい 心豊かな広瀬っ子」

## 豊岡中学校

[TEL:0539-62-2085]

### 1年生フィールドワーク

### 2年生フィールドワーク

4月21日(木)に1年生のフィールドワーク・豊岡地区巡りを行いました。総合的な学習の時間の地域学習で、自分の住む地域の魅力を再発見するために、豊岡地区をウォークラリー形式で歩きました。白壁館、慈眼寺、花咲乃庄、豊岡図書館、シルクロードミュージアムを巡りました。仲間づくりの場にもなりました。



4月22日(金)に2年生フィールドワーク・地域探究学習を行いました。スローガンである「探究心を掛川へ～目指せ掛川マイスター～」のもと、サンサンファーム、掛川城、三熊野神社、掛川花鳥園などを巡りました。各班で自分たちのテーマに沿って多くのことを学ぶことができました。また、班で協力しながら活動することができました。



## 豊岡北小学校

[TEL:0539-62-2036]

### 北小重点目標 3つの花を咲かせよう



考える花

対話活動を通して考えを深める授業をつくっていきます。4月の参観会でも、子供たちが話し合っ  
て考えをまとめる姿が見られました。

また、読書活動にも力を入れています。



なかよしの花

北っ子は、自分や友達の良さをたくさん見つけます。代表委員会、縦割り活動、委員会活動など、自分たちで工夫して考えて、活動を計画・実行していきます。



きたえる花

静岡県の体力アップコンテストの種目から、各クラスが挑戦する活動を選びます。いろいろ試行し、どの種目に取り組むかを話し合っています。



## 豊岡こども園

[TEL:0539-62-2545]

### 《里山探検に行つたよ！》

### 【年中・年長】

里山公園では、色とりどりのきれいなツツジを見たり、「筍」を見つけたりしてきました。また、頂上まで登り、豊岡や浜松のよい景色を見てきました。かぶと虫の幼虫もいただき、春の自然を満喫してきました。



### ♡ 豊岡こども園 楽しいよ

年少、ひよこ組の子どもたちも少しずつ園に慣れ、笑顔で登園しています。周りの友達にも興味を持つようになり、好きな遊びを見つけて楽しんでいます。

### 『第1回 なかよし会』

6月15日(水)

9:30～10:30

《対象》  
令和5年度入園予定のお子さん(平成31年4月2日～令和2年4月1日生)とその保護者の方  
《持ち物》  
水筒・着替え・帽子等

※コロナウイルス感染症の今後の状況により中止や内容が変更になる場合があります。



## 広瀬こども園

[TEL:0539-62-2104]



はなまつり  
お釈迦様の誕生をお祝いする法要です。子ども達は慈眼寺で執り行われた法要に参加しました。法要では献灯献花、甘茶をお釈迦様像にかけてお祝いをしました。

幼稚園卒(3歳児、4歳児)での入園を希望される方は、園までご連絡をお願いします。TEL 0539-62-2104  
園の情報はホームページでご確認ください。  
<https://www.hirosekodomoen.jp/>

観音様のお参り  
毎月、年長児のゆり組さんが観音様のお参りをします。観音様のお堂を掃除してから花を供え、いつも見守ってくれている観音様に感謝の気持ちを伝えます。

