



# 福田南 交流センター だより

<No.106> 令和6年1月

磐田市福田5489-2 電話55-3123



…まだまだ 自らで感染予防策を…



R6.1.1 遠州福田海岸

◎印はグラウンドゴルフ愛好会

日	曜	令和6年1月の行事予定
1	月	年始休館日
2	火	年始休館日
3	水	年始休館日
4	木	◎
5	金	
6	土	講座:鳥の巣箱づくり受付開始 ◎
7	日	福田南健康文化部会◎ 19:00
8	月	休館日
9	火	休館日 福田中・福田小・豊浜小始業式 一斉あいさつ声かけ運動◎ 7:00
10	水	福田南いかまい会◎ 9:30
11	木	いきいき百歳体操会10:00 ◎
12	金	
13	土	◎
14	日	講座:風呂敷活用術①10:00②14:00
15	月	休館日
16	火	◎
17	水	連合会理事会13:30
18	木	いきいき百歳体操会10:00 ◎
19	金	自転車マナー向上指導強化の日◎ 7:30
20	土	講座:鳥の巣箱づくり申込開始 ◎
21	日	福田南防災部会◎ 18:00
22	月	休館日
23	火	福田地区地域づくり協議会連絡会理事会◎ 15:00 ◎
24	水	福田南いかまい会◎ 9:30
25	木	いきいき百歳体操会10:00 ◎
26	金	
27	土	わくわくホリデー (紙を使って遊ぼう)申込開始 ◎ 福田南役員会◎ 19:00
28	日	わくわくホリデー(ジャンボかるたとり)9:30 福田南安全安心部会◎ 19:00
29	月	休館日
30	火	◎
31	水	

## 11月30日 ふくで歩くらぶ 福田包括支援センター 身近な場所を楽しく歩く

福田包括支援センターが主催で、市社会福祉協議会・市健康増進課・福田南交流センターが協力して進めました。

いきいき百歳体操で体を温め、転ばない歩き方講座を受け、かめさんコース(1.8km)、うさぎさんコース(3.0km)に分かれて、僧川の堤防を中心にのんびりと景色を楽しみながら散策。

ゴールした参加者から順にお汁粉を振る舞われ、おしゃべりをしながら喉を潤していました。ほっこりするひと時でしたね。



ふくで歩くらぶ  
集って歩いて健康づくり  
内容いきいき百歳体操転ばない歩き方講座ウォーキング  
日五年十一月三十日(木)福田南交流センター

## 12月15日～12月31日 7:30-8:00 年末の交通安全運動 街頭キャンペーン 交通ルールの遵守と交通マナーの実践

福田南 まちづくり協議会 ・安全安心部会

生憎の雨の中の大勢の皆さんのお陰で、通勤通学の車両等に交通安全の働きかけができたと思えました。自転車通学の中学生たちにも交通安全が伝わったものと感じました。「安全をつなげて広げて事故ゼロへ」のスローガンを意識して交通事故を起こさないようにしていきたいですね。



<雨の中の街頭キャンペーン:車両が多いです>

初めての「焦がし絵講座」。真剣に楽しく作品づくりでき満足でした

子育てサロン「おひさま」開設



**講座:焦がし絵**

講師:松島進氏  
日時:令和5年11月18日(土)  
場所:福田南交流センター

子育てサロン「おひさま」開催のお知らせ

令和5年12月15日

福田南まちづくり協議会 福祉部会

日頃は、福田南まちづくり協議会の活動に、ご理解とご協力を賜り誠にありがとうございます。

過日、赤ちゃん・ちびっ子(未就園児)集まれのお試し開催をしたところ、好評につき正式に子育てサロン「おひさま」として開催していくことになりました。

本年度の開催予定は下記のとおりです。ご近所の方やお友達とお誘い合わせでご参加ください。予約不要・参加費無料です。

- ◆会場 福田南交流センター西館2階和室
- ◆時間 9:30 受付 10:00 開始 11:00 終了
- ◆日程

○令和6年1月31日(水) 豆まき(おにきやつつけよう)

○令和6年2月28日(水) ひな祭り



(おだいりさまやおひなさまになろう)

○令和6年3月6日(水) ありがとうの会



**スポーツいろいろ体験よくばり講座**

9/14~12/14 福田南交流センター講座

- 毎回、体を動かし非常に楽しく活動できた。○初めて会った人とも回を追う毎にたくさん会話ができた。○指導者の熱意に感謝です。
- インボディ、保健師さんの話も良かった。等々の感想を頂きました。



<9/14ノボデイ> <9/28ボッチャ> <10/12ファミリーバドミントン> <10/26ゴルフ>

<11/9ノルディックウォーキング> <11/22ボッチャ> <12/14卓球>

サイズアウトした子供服や靴等の交換会をしてみませんか。  
(交換できなかつた物は持ち帰りさせていただきます。)

※お問い合わせは、お近くの福祉委員・民生委員または  
福田南交流センター(0538-55-3123)へ

**いかまい会活動**

12/20 クリスマス会

クラリネットやサクスの軽快なリズムに、クリスマスソングや聞き慣れたメロディーを口ずさんだり、手拍子を打ったりして楽しんでいました。

グループに分かれてのハンドベルを楽しんだり和やかでした。また、サンタさんからのプレゼントに感謝しながら、ジュース乾杯をしていました。



<演奏> <楽器演奏(クラリネット)><楽器演奏(サクソ)>



<楽器演奏(クラリネット)><ハンドベル演奏><ハンドベル演奏>



<ハンドベル(ホラティア)> <サンタからのプレゼント>

12/17

**そば打ち体験**

福田南交流センター講座



240mlの水を用意し、そば粉400g割粉100gのいわゆる二八そばです。そば粉を「割粉を混ぜ、水を足してこね、打ち粉をふりかけ伸ばし、切る」の行程を見聞きしながら、完成させました。

体重を手元にかけて、こね上げていきましたが、汗ばむほどの活動でした。麺棒で伸ばすのも思うようにはいきません。講師、アシスタントなどからの手助けにより、ほぼ四角に近い形に仕上がりに、3等分さらに半分にした準備完成です。

こま板を乗せて包丁で刻んで行きましたが、四苦八苦。細く太くといういろいろでしたが、そば粉の香りが立ち、およそ5人分のそばが出来上がりました。お疲れ様でした。美味しく召し上がれ!



<水を入れて混ぜる><水に馴染ませる><力を入れてこねる><ヘソ出しをする><伸ばす><こ棒に丸めて伸ばす><3等分に重ねる><切る>