

東 ~east wind~ 風

DECADE OF >>> ACTION

友だち登録お願いします!



須賀川市
公式LINE



第69号 (令和7年9月12日)

発行：東コミュニティセンター
〒962-0813 和田字柏崎44番地
TEL：0248-63-2154 FAX：63-2159
E-mail：higashi@city.sukagawa.lg.jp



ディンプルアート



味噌づくり



全4回終了！こども探検隊

7/22からスタートした「こども探検隊」は、多くの参加者とともに全4回を完走しました。中でもジュニアボランティアと合同で行った見学旅行は、とても充実した一日でした。参加者の「楽しもう！」精神があふれ出た各回プログラム。夏休みの思い出の1ページになっているといいですね。違う学校の新しい友達もできてまた来年の再会が楽しみな「こども探検隊」でした。



見学旅行 (郡山駐屯地~大安場史跡公園)



はじめての将棋



「ほのぼの学級」楽しんで折り返しへ



「大人のぬりえ」では久しぶりの色鉛筆を手に夢中になりました。「歌声サロン」は懐かしい歌に涙を流す姿が見られました。「奉仕活動」では東CC内の除草をユニテリアンテイヤの中学生と交流しながら頑張りました。さあ！いよいよ折り返しへ。後半も盛りだくさん！笑顔でゴールまで楽しみましょう



浜田地域体育館環境美化運動

8月24日（日）東地区体育振興会役員の皆さんと、利用団体の皆さんで、浜田地域体育館の除草作業を行いました。皆さんののおかげで、体育館がスッキリ快適になりました！



東コミュニティセンター環境美化運動



いつも
ありがとう

8月31日（日）明るいまちづくりの会の協力を得て、地元町内会の皆さんとグラウンドの除草作業を行いました。きれいなグラウンドが守られているのは、地元の皆さんののおかげです。早朝からありがとうございました！

ジュニアボランティア養成講座

本年度のジュニアボランティア養成講座がスタートしました。全9回のプログラムで、第2回まで実施されています。

開講式

初回 8/1は開講式と、こども探検隊引率補助でした。自衛隊郡山駐屯地と大安場史跡公園の見学旅行に行きました。自分たちも楽しみ、学びながら、お兄さんお姉さんとしてしっかり小学生の皆を守りました。

引率補助（自衛隊郡山駐屯地）



引率補助（大安場史跡公園）



第2回 9/6は、ほのぼのの学級と合同で、東コミュニティセンター周辺の美化運動でした。孫のように可愛がられながらも、しっかりと取り組んでくれました。

東CC美化運動（ほのぼのの学級と合同）



ちょこっと特集

事務室前に将棋本コーナーを設置しました。将棋の基礎を学べる初心者向けの本を選びました。ぜひ手に取ってください。



今後開催予定イベント

《三世代交流スポーツ大会》

祖父母・親・こどもの三世代が交流してグラウンドゴルフを楽しもう！大人気のイベントが今年も開催！見逃さないでね！

- 開催日 11/3（月・祝）9：00～
- 募集対象 東地区在住の方
- 種目 グラウンドゴルフ
- 参加費 無料
- 受付 10月14日9時～
- 持ちもの 用具（貸出有）・飲物・動きやすい服装・運動靴

健康づくり課からお知らせ

《フレイル予防啓発イベント》

フレイルとは、「加齢に伴い心身の働きが弱くなる状態」のことで予防が可能です。フレイルについて知って・体験してみませんか？

- 開催日・場所 10月15日（水）10～13時
いちい須賀川東店
- イベント内容 フレイルチェック、野菜摂取量チェック、握力測定、歯科相談
- 問い合わせ先 市健康づくり課 ☎88-8123

スポーツレクリエーション教室

参加者募集中！初めての方大歓迎！
大人も子供も参加できます。楽しく体を動かしましょう！

【ファミリーバドミントン】

①9月27日 ②10月25日

【ラバーバレーボール】

③11月22日 ④12月6日

(①②③④すべての回で【ポッチャ体験】あり)

■時間：18時30分～20時30分

■場所：浜田地域体育館

すべて土曜日。好きな回だけの参加でもOKです。

※参加には、各回の1週間前までにお申し込みが必要（定員60名）。お申し込み、お問い合わせは東コミュニティセンターまで♪



→
情報
発信
中



東地区防災教室

10月4日（土）9時30分～11時30分

東地区住民を対象に、災害への意識向上を目的に防災教室を開催します。

地震や大雨などの災害時、避難所となる東コミュニティセンターの役割を知ってもらう機会になりますので、ぜひ、ご参加ください。

【9時40分～】

・緊急貯水槽のしくみ

【10時00分～】

・防災食作り見学

【10時30分～】

・防災食の試食

【常設】

・マイ避難シート作成

・災害時の情報収集

・防災クラフトと応急手当の体験

・段ボールベッド、避難所テントの使い方



新しい本が入りました

新規図書会員随時募集中！問合せは窓口まで

No.	書籍名	著者	No.	書籍名	著者
1	週末介護	岸本葉子	15	いくつになっても	中野 翠
2	終わった人	内館牧子	16	マンモスの抜け殻	相場英雄
3	ひなこまち	畠中 恵	17	空の走者たち	増山 実
4	たぶんねこ	畠中 恵	18	ペットショップ無残～池袋ウエストゲートパーク	石田衣良
5	すえずえ	畠中 恵	19	墨の香	梶よう子
6	もういちど	畠中 恵	20	死ぬまで歩くにはスクワットだけすればいい	小林弘幸
7	おかげで死ぬのが楽しみになった	遠未真幸	21	60歳からの手ぶら人生	弘兼憲史
8	サキの忘れ物	津村記久子	22	深夜に食べても太らない50の法則	伊達友美
9	赤朽葉家の伝説	桜庭一樹	23	薬なし減塩なし1日1分で血圧は下がる	加藤雅俊
10	密室を開ける手	藤本ひとみ	24	ドラえもんはじめての将棋	田中寅彦
11	夫のトリセツ	芦澤多美	25	将棋の序盤でやってはいけない手	高橋道雄
12	なるべく働きたくない人のためのお金の話	大原扁理	26	羽生善治×AI	長岡 裕也
13	羽生善治の将棋の教科書	羽生善治	27	みるみる強くなる将棋入門	羽生善治
14	電車道	磯崎健一郎			