

とくわっ子だより10月号

徳和地区コミュニティセンター (TEL) 20-1100
(FAX) 60-1100

徳和住民自治協議会

検索

ホームページ



Instagram



令和6年度 文化祭

日時 10月6日(日) 9:30~14:30頃

ちょっとおいな〜いマルシェと同時開催!

キッチンカーがやってくる!(お弁当・ベビーカステラ・たこ焼き)

ピンゴ大会は全ステージ終了後となります。

※今年度は、農作物販売・遊休品バザーはありません。

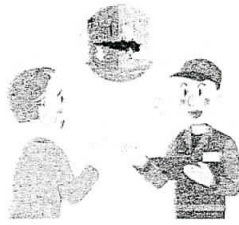
悪徳商法の手口とその対処法

無料

よく相談が寄せられる悪質商法や消費者トラブルの事例とその予防法、対処法についてお話しできます。

日時 11月7日(木) 10:00~11:30(受付9:45~)
場所 徳和地区コミュニティセンター大会議室
講師 三重県消費生活センター
定員 20名程度
参加費 無料
対象 徳和地区の方
申込開始 10月10日(木) 8:30~
(来館・電話受付のみ)

※1回のお申し込みにつき2名分まで受付可



第二の人生 かがやき塾

無料

講座2 “もしバナゲーム”で気づく、自分が大切にしたいこと

日時 11月14日(木) 10:00~11:00
場所 徳和地区コミュニティセンター大会議室
定員 20名(先着順)
参加費 無料
持ち物 マスク
お申込み 徳和地区コミュニティセンター TEL 20-1100
お問合せ 松阪市第一地域包括支援センター TEL 25-1070

ただいま申し込み受付中です

【次回講座予定】

講座3 12月12日(木) 10:00~11:30

自分のため 親のため ~知っておこう介護施設~

※各講座の中でご自身の生活や健康状態を簡単にチェックしていただける時間を設けてあります。

木の実でリース作り

綿の花や松ぼっくりなどを使用して自分好みの素敵なリースを作ろう!

日時 11月13日(水) 9:30~11:30
(受付9:15~)
場所 徳和地区コミュニティセンター大会議室
内容 グルーガンを使用してリース作り
講師 徳和住民自治協議会職員 中西祥子
定員 12名
参加費 300円
対象 徳和地区の方
申込開始 10月10日(木) 8:30~(来館・電話受付のみ)
※1回のお申し込みにつき2名分まで受付可



楽しく遊びながら健康な体づくりをしよう

コアキッズ体操

子どもたちの体を育み、スポーツのスタートライン(体の土台づくり)を目指します。どんなことにも挑戦できる、健康な体づくりを目的としています。

日時 11月16日(土) (講座開始15分前より受付)
①10:00~10:45 親子体操(3歳以上の未就学児)
②11:00~11:45 小学生以上(保護者見学OK)
場所 徳和地区コミュニティセンター大会議室
内容 子どもたちと楽しい体操
講師 鈴木早紀さん
一般社団法人日本コアコンディショニング協会キッズスペシャリスト
定員 ①10組(親子)
②10名(子どものみ・保護者見学ok!)
参加費 無料
持ち物 動ける服装・水分・タオル・裸足でおこないます
対象 松阪市内にお住まいの方
①3歳~6歳までの未就学児親子
②小学1年生~3年生
申込開始 10月10日(木) 8:30~(来館・電話受付のみ)
※1回のお申し込みにつき2名分まで受付可



味・ボリューム・コスパ最高! 男の料理教室

毎回好評の伊藤先生の料理教室ですが「楽しく作る♪」をモットーにされています。今まで料理をしたことのない方も大歓迎です。味よし!ボリュームよし!なので、きっと満足いただけると思います。

日時 11月21日(木) 9:30~12:00(受付9:00~)
場所 徳和地区コミュニティセンター調理室
内容 調理実習
講師 伊藤美幸先生(サービス付き高齢者住宅桜木さん)
定員 10名(先着順)
対象 徳和地区の男性の方
参加費 500円
持ち物 マスク・エプロン・三角巾
申込開始 10月10日(木) 8:30~
(来館・電話受付のみ)



とくとくポイントの景品決定!

みなさまに集めていただいている『とくとくとくとくポイントカード』の年末大抽選会の景品が決定いたしました。12月18日(水)ラジオ体操終了後、9時10分から公開抽選会を行います。当日来ていただいた方は、抽選に外れても粗品をプレゼントします。

- | | | | |
|----|--------------|----------|------|
| 1等 | 丸中のお肉 | 5,000円分 | 1名様 |
| 2等 | 川原園お茶セット | 3,000円分 | 2名様 |
| 3等 | うおともチケット | 2,000円分 | 2名様 |
| 4等 | お菓子工房Mお菓子詰合せ | 1,000円相当 | 5名様 |
| 5等 | 川原園お茶 | 700円相当 | 15名様 |

ラジオ体操はポイント2倍です!
ぜひご参加お待ちしております。



11月24日(日) とくわっ子100均まつり(ワークショップ編)

ただいま計画中!!

いま、マルシェがあちこちで開催されており、楽しそうなワークショップがいっぱいありますよね。でも、いろいろ体験したいけど…結構いいお値段しますよね。そこで、子どもたちにいっぱい楽しんでもらえるように、すべて100円で体験できるワークショップを計画しています!来月号で詳しくご案内いたします。



徳和地区コミュニティセンター趣味クラブ 10月予定表

趣味クラブ名	曜	時間	開催日	趣味クラブ名	曜	時間	開催日
アムリタ ヨガ	月	9:50	7日・21日	スポーツ吹矢	火	13:00	1日・15日
パッチワーク同好会	月	13:00	7日・21日	太極拳同好会	水	14:00	2日・16日
瑛穂会	月	19:00	7日	徳和カラオケ愛好会	水	13:00	9日・23日
書道クラブ	月	13:00	7日・28日	オカリナ同好会	金	9:00	18日・29日
機能改善体操	月	14:00	21日・28日	カリノオカラニ・フラ	金	13:00	18日
徳和カラオケ友の会	月	18:00	21日・28日	徳和手話サークル	金	9:30	11日・25日
健康料理教室	火	9:30	8日	フォトサークルとくわ	金	19:00	18日
楊名時健康太極拳	火	10:00	1日・15日				

公民館部会行事予定

行事名	曜	時間	日
やんちゃクラブ	水	9:30	23日

健康づくり課行事予定

行事名	曜	時間	日
乳幼児健康相談	水	9:00	10月2日・11月6日

『魚友』『お菓子工房M』『大将のドレッシング』

おたのしみ移動販売

毎月第3火曜日開催

日時 10月15日(火)11:30頃~12:30
場所 徳和地区コミュニティセンター 和室

- ・全部手作り！お弁当・お惣菜の種類もたくさん！『魚友』
- ・可愛い！美味しいお菓子がたくさん『お菓子工房M』
- ・野菜が美味しく食べられる！『大将のドレッシング』

とくとくポイント2倍！

♪うーさんとラジオ体操♪

毎月第3水曜日開催

日時 10月16日(水)8:45~
場所 徳和地区コミュニティセンター
講師 宇佐美 和彦 先生(うーさん)



若干名追加募集します！（松阪市在住の方ならどなたでもOK!）

わが子に触れる“幸せ”を堪能

ベビーマッサージ&キッズマッサージ

お家でも、すぐ出来る簡単なマッサージをお伝えします。

日時 10月21日(月)10:00~11:30
11月11日(月)10:00~11:30

場所 徳和地区コミュニティセンター和室
内容 ベビーマッサージ&ふれあい遊び
講師 奥田 みさと 先生

(RTA認定講師ゴールドライセンス・保育士・幼稚園教諭資格取得)
参加費 500円(1レッスンごとに当日お支払い)
※必要な方は別途オイルを500円で販売します。

定員 10組(先着順)
対象 1か月健診後~3歳までの未就学児親子
持ち物 バスタオル・飲み物
いつものお出かけセット

お申込み 受付中(来館・電話受付のみ)
※1回のお申込みにつき2組分まで受付可

心と体が目覚めるリズムミクな軽運動「ひらく・のぼす・ひねる」

スローエアロビック教室

5月からスタートした講座ですが、あと5回となりました！
単発での参加も受け付けています♪
お気軽にお電話ください。

日時 10月10日(木)13:30~14:30
12月12日(木)13:30~14:30
1月9日(木)13:30~14:30
2月13日(木)13:30~14:30
3月13日(木)13:30~14:30

場所 徳和地区コミュニティセンター大会議室
講師 大矢 美佳 先生

(三重県エアロビック連盟理事・スローエアロビック指導員)
参加費 500円(1レッスンごとに当日お支払い)

追加募集 5名程度(先着順)
対象 松阪市在住の方
持ち物 タオル・飲み物・室内シューズ
ヨガマットもしくは代わりになるバスタオル

とくわふれあいポッチャ大会結果発表

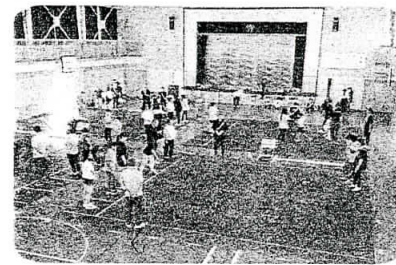


9月8日(日)徳和小学校体育館にて、とくわふれあいポッチャ大会を開催！

16チームが参加し、幅広い世代の方たちが交流しました。なんと決勝戦に勝ち上がったのは子ども達のチーム！1投ごとに試合の展開がかわるとても白熱したゲームでした。

体育委員のみなさま、ご協力ありがとうございました。

次回2月に開催を予定しています。みなさんのご参加をお待ちしています。



準優勝



優勝

カーヴェンキャット3
(虹が丘町)

準優勝

ひよっこ隊
(上川町)

3位

上川住宅アップル
(上川住宅)

敢闘賞

しもむらチーム
(下村町)



問題

***** 徳和クイズ *****

次の3つの町の中で、いちばん面積の大きい町はどれでしょう？

- ① 久保町 ② 上川町 ③ 下村町 ※徳和小学校区外も含みます

※下記の解答用紙にて解答をおねがいします。正解者の中から5名様に楽しみ袋をプレゼント！
次号と徳和地区コミュニティセンターにて正解と当選者を掲載します。参加は徳和地区の方に限ります。

先月号の正解は『①』です。

中田 美穂 様・山崎 明 様・大島 佳子 様・小林 隆子 様・奥野 和子 様

----- 切り取り線 -----

答え	お名前	自治会名
○		自治会
	電話番号	※10月21日(月)迄に 徳和地区コミュニティセンターへ