

みかじり

《開催のお知らせ》

健康づくり講座

『からだところろと脳をいきいきに！』

日時 2月27日(木)

午前10:00～11:30

講師 友愛園 トレーニングディサービス

介護員 熊谷 千晶さん

場所 三ヶ尻地区センター 会議室

持ち物 飲み物・汗ふきタオル・動きやすい服装

申込 2月25日(火)まで

問合せ先 三ヶ尻地区センター(42-4376)



椅子や床に座って行う軽体操です。

人気の先生と一緒に、体操しませんか？

時刻	停車場
9:24	佐藤 順さん宅付近
9:28	清泉会館前
9:32	日吉神社
9:36	鈴木 洋さん宅前
9:41	北日本スプリング
9:50	瘤木公民館
9:55	三ヶ尻地区センター着



三ヶ尻地区内を町のバスで巡回し送迎します！

2/4 かぼちゃ饅頭作り方教室 開催報告

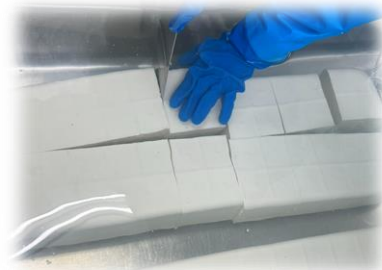
有住チヨノ先生のやさしい教えに参加者全員が終始笑顔で会話が弾み、楽しい教室となりました。

また、みなさんの食生活に関する関心の高さも知ることができ、学びあうことができました。



手作りのあんこに栄養の詰まったかぼちゃでできたお饅頭はとても美味でした!!

1/31 みんなで手作り豆腐に挑戦！ 開催報告



三ヶ尻地域で採れた大豆を使い、手作り豆腐の作り方講座を開催しました。参加者4名の中には男性1名も参加し腕をふるっていただきました。完成したお豆腐は大成功し、おいしくいただきました。



高校生から長年卓球を愛好されている方で多くの方に参加いただきました。
会場は、大変に盛り上がり、卓球を楽しみました。

選手の皆様、自治会連合会・体協の役員の皆様、応援に来ていただいた方お疲れ様でした。

～大会結果～

優勝 中村
準優勝 清水端A
第3位 清水端B

町図書館からの配本

三ヶ尻センターの図書室には町の図書館より、成人向け50冊と児童向け50冊の本が年に4回(5月,8月,11月,2月)届きます。図書館専門員さんが選んだ今の時代に相応した楽しく興味深い本ばかりです。貸出しておりますので、皆様是非ご来館ください!!

～2月に配本になった本の紹介～



おねがい

印刷機利用について

年度末は、各自治会等の総会資料の印刷物が増えます。お待たせすることなく印刷機をご利用していただくために、事前にご連絡をお願いします。ご協力お願いいたします。

支払いについて

印刷、施設利用等をお支払いいただく際は、おつりの無いように準備をして来所ください。
センターにはつり銭がありません。
ご理解、ご協力のほどよろしくお願いいたします。
※支払いは、9時から17時まで
(水・土・日・祝日を除く)



第43回金ヶ崎マラソン大会

開催日 令和7年6月1日(日)

申込受付中!!

会場 森山総合公園陸上競技場及び特設マラソンコース

種目 ハーフ・10km・5km・2km

申込 インターネット 3月31日(月) <http://runnet.jp/>
郵便振り込み 3月28日(金) 当日消印有効

問合せ 第43回金ヶ崎マラソン大会実行委員会事務局
中央生涯教育センター内 ☎44-3123

岩手日報杯卓球選手権大会 結果

2月9日(日)に金ヶ崎町文化体育館にて、第41回岩手日報杯金ヶ崎町卓球選手権大会が行われ、三ヶ尻地区の代表が参加してきました。団体戦では、Aチームが決勝戦まで勝ち進み、南方と対戦。前半は南方優勢、最終戦まで引き分け、大接戦の末亀ヶ澤祐輝さんが勝利し、優勝を果たしました!

個人戦でも多くの方が上位に名を連ね、素晴らしい成績を収められました。

【団体の部】

優勝 三ヶ尻Aチーム

【個人の部】

男子

Aコース 準優勝 亀ヶ澤 亘希

Bコース 準優勝 有住 昌弘

Bコース 第3位 小関 充

女子

Aコース 優勝 及川 綾子

Bコース 第3位 及川 恵

