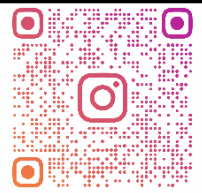


脇本コミセンだより

脇本コミュニティセンター発行 No.4
男鹿市脇本脇本字前野8
令和8年7月1日
TEL:25-2112 FAX:25-4500



WAKIMOTO_COMMUNITYCENTER



"花いっぱい運動"



いづみ幼稚園のみなさん



脇本保育園のみなさん

6月5日(金)花の日にちなみ、いづみ幼稚園のさくらぐみの園児のみなさんから、今年も素敵な花のプレゼントをいただきました！

プレゼントの花は、玄関、事務所入り口、窓口に飾っています。

6月8日(月)には花いっぱい運動を開催しました。脇本地区市民憲章が主催となり、今年度は小学校、幼稚園、保育園などに花の苗を配布しました。当日は、脇本保育園の園児の皆さんが受取りに来てくれました。

脇本コミセンの花壇にも、マリーゴールドとペゴニアを植えておりますので、こちらにいらした際はぜひご覧ください！



あいさつ運動



男鹿東中あいさつ運動



脇一小あいさつ運動

6月1日(月)に男鹿東中学校玄関前、6月15日(月)は脇本第一小学校玄関前であいさつ運動を行いました。男鹿東中学校では五里合・船越・若美・脇本の各コミセンでの合同参加、脇本第一小学校では民生児童委員・社会福祉協議会・防犯協会・駐在所・脇本地区地域担当職員・脇本コミセン合計23人が参加し、全員で元気にあいさつを交わしました。

※あいさつ運動、次回は7月21日(火)です。(脇本第一小学校)

B & G財団会長杯 第15回脇本地区グラウンドゴルフ大会



5月28日(木)、「B & G財団会長杯 第15回脇本地区グラウンドゴルフ大会」が開催され、16名の方が参加しました。

日ごろ鍛えた互いの腕を披露し、参加者一人一人が楽しく競い合う様子が見られました。

競技結果は以下の通りです。おめでとうございます。また、暑い中ご参加いただき、ありがとうございました。



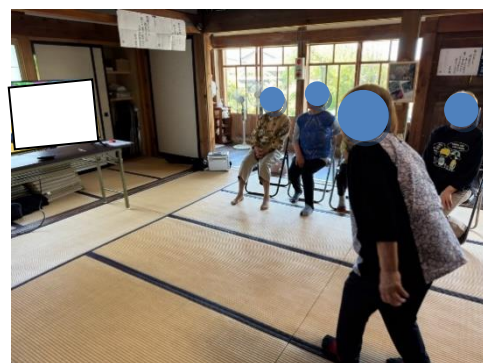
【男性の部】

優勝：板橋一男 準優勝：山内久雄

【女性の部】

優勝：吉田セツ子 準優勝：天野カノ子 第3位：小山田久子
第4位：桜庭ひとみ 第5位：吉田美和

出張eスポーツ



6月4日(木)、出張eスポーツを開催しました。善法寺会場の【おてら健康教室】にお邪魔し、参加者のみなさんと一緒に、今年度1回目のボウリングを行いました。

前回開催から時間が経っていましたが、すぐに勘を取り戻し、ストライクやスパアを連続で取り大盛り上がりでした。

健康ポイントを来館時に獲得できます！

玄関に二次元コードが印刷された用紙を掲示しているのでご活用ください！

料理教室

海鮮ヘルシーチヂミと簡単いちごのムース



6月17日(水)、今年度第1回目の料理教室を開催しました。

はじめに、海鮮ヘルシーチヂミをつくりました。材料に豆腐をたっぷり使用するのが特徴です。エビ・イカ・貝等の具材は一度ボイルすることで仕上がりのおいしさに違いが出る事を教えていただきました。

焼いてひっくり返す時は、上手くいくと「ワッ」と歓声があがり、ごま油の香ばしさが部屋中に広がっていました。簡単いちごのムースは、牛乳の温度の加減やゼラチンの扱い方のコツを学ぶ事が出来ました。

新鮮ないちごの香りいっぱいのムースがあっという間に出来、皆さんも大満足の様子でした。

アイリスの輪

2025年4月に開設したばかりのびかびかの一年生サロンです。

不安や悩みを誰かに聞いてもらいたい。
情報交換などで話しを聞いてみたい。
時には講座や講演会開催等。
お茶っこサロンのような場所をこれからみなさんと共に作っていきたいと思っています。

不安や悩みなどおひとりで抱え込まずに、お気軽にお立ち寄りください。
ご本人だけでなくご家族の方、男鹿市以外の方等どなたでもご利用くださいませ。

開催日時：毎月第三水曜日 13:30~15:00
場 所：おむすび House
(男鹿市脇本脇本字頭名地 82-10)

お申込み：不要
内 容：茶話会・ミニ講座
参加費：無料
駐車場：20台
お問合せ：アイリスの輪 夏井 090-9037-8944

夏休みアート教室

ナマハゲのお面を描こう

世界で一つの自分だけのナマハゲのお面を描いてみませんか？



日にち：7月26日(日)
時 間：9:30~11:30
対 象：市内の小学生
(2年生までは保護者同伴)
持ち物：手拭きタオル・飲み物
参加費：600円
会 場：脇本コミュニティセンター
定 員：8名
申込期限：7月17日(金)まで

藍染め教室

持ち寄りで好きなものを、
素敵な藍色に染めてみませんか？

日にち：7月24日(金)
時 間：9:00~15:00
持ち物：染めたいもの(ブラウス、ストール、ハンカチ等)
※必ず洗濯をしてきてください。
ウール(セーター等)は染められません。
昼食・エプロン・ゴム手袋・
バケツ(大き目)・長ぐつ
バスタオル(汚れてもよいもの)
新聞紙(1週間分程度)
参加費：1,500円
会 場：脇本コミュニティセンター 図書室
定 員：8名
申込期限：7月22日(水)まで

各教室のお申込み、お問合せは
【0185-25-2112】まで！



7月 行事情報



- 生きがいと健康づくり講座
7/1(水)10:00~12:00 脇本コミセン
- おてら健康教室
7/8(水)・22(水)10:00~11:30 善法寺
- お茶っこサロン
7/21(火)10:00~11:30 いちご工房
- ミニチャレンジデー
7/29(水)10:00~11:30 B&G 体育館