



あけまして おめでとう ございます



いつも交流センター事業にご理解、ご協力ありがとうございます。

令和3年度こそはコロナ禍が落ち着き、地域の皆様が安心して楽しい毎日が送れます事をご祈念申し上げます。



しめ飾りとミニ門松づくり



去る、12月25日（金）ふくふく館を会場に、しめ飾りとミニ門松づくりを行いました。

今年で5回目となる今回も、しめ飾りの菅（すげ）を編む作業に苦労はしたものの、本物の稲穂を使った立派なしめ飾りを自作できたとあって、参加者の皆さんは出来栄えに満足の様子でした。

ミニ門松は、鉢や飾り物を各自選んでいただき、それぞれ個性を發揮したオリジナルな仕上がりとなりました。

作業終了後、講師の先生に、しめ縄づくりを聞く方もおり、伝統的な事が継承されていく会となればと感じました。

新型コロナウイルスが早く収束し令和3年は穏やかな良い年となりますように！！



食生活改善推進員による伝達講習会

開催日時 令和3年2月2日（火）

低栄養予防 野菜たっぷり&減塩レシピ

- 栄養士による講話と調理実習です。
- 申込、詳細は別紙チラシをご覧ください。



ふくふく館で行われている ～健康事業～ に **ご参加ください!**

コロナ禍で、心も体もストレスが溜まっていますか？

交流センターでは、10月～3月の間毎月第4火曜日10時～11時『健康の駅』を開催中です。

また、11月～3月毎月第1・第3水曜日に『脳若健康教室』を開催して皆さんの健康をサポートしています。

今年は雪も多く雪かきでお疲れとは思いますが、また違った体操で心身ともにリフレッシュできます。

寒い冬、コタツで温まるのもいいですが、たまにはみなさん『ふくふく館』へ来て下さい。



ふくふく館使用に際して 再確認をお願いします!



■ 夜間・休日使用時の 鍵貸し出しについて

手順1

- ・電話にて空き状況をご確認下さい。

手順2

- ①夜間使用・・・使用当日にふくふく館から鍵を借りる
→翌日午前中に鍵を返却
- ②休日使用・・・金曜日(休館日前日)にふくふく館から
鍵を借りる→月曜日(休日明け)午前中
に鍵を返却する

■使用する前に、使用許可申請書を提出してもらいますので印鑑を持参して窓口までお越しください。

■使用に際しては、鍵と一緒にお渡しする【使用届け】と【利用者名簿】へのご記入をお願い致します。

※使用に関するお問合せは 福地地区交流センター迄
☎22-3252

健康づくりウオーク 開放中です!

ふくふく館の体育館を、健康づくりに活用しませんか？

毎日ウオーキングしている方にとっては今年の雪は大変ですね～❄

そこで体育館を利用して頂きたいと開放を行っています。

是非ご利用下さい。



お問合せは福地地区交流センター迄

雪の事故、雪害にご注意を!

横手市では全国版でニュースになるほどの雪が12月から降り続いています。

雪かきや雪降しには十分な注意をして行って下さい。また、雪で見通しが悪くなっているため車の



運転も気を付けて、なんとかみんなで乗り切りましょう。

☕ ホッとタイム

2020年は当たり前の日常が有難い事だったと感じる一年でした。まだ新型コロナウイルスはすぐには収まらない気配ですが、2021年も新しい形での日常を過ごしつつ、気持ちだけは前向きに頑張りましょう。