

発行/公益財団法人 足立区勤労福祉サービスセンター 毎月1日発行 発行部数32万部
 編集:「公社ニュースときめき」編集室 ☎5244-7316 ☎5244-7328 ✉tokimeki@a-tokimeki.net
 〒120-0036 足立区千住仲町40-2 シティ・クレドール101号室
 「公社ニュースときめき」は足立区シルバー人材センターにより区内全世帯に配布されています
 配布に関するお問い合わせは、足立区シルバー人材センターまで ☎5856-6866 ☎5856-6533
 ※個人情報の取扱いについて ときめきに掲載されている講座・イベント等にお申し込みいただいた方の個人情報は、事業の実施に必要な範囲で利用します。



「ここあだちカレッジ」に 一緒に参加しませんか!



出来上がったご馳走を前に「いただきます!」。後方の2人が堀内夫妻

社会福祉協議会では「地域で何か始めてみたい」「人の役に立ちたい」という方を対象に、福祉総合講座「ここあだちカレッジ」を開催しています。今回は、その卒業生が、学んだことを実践して作った「サロン作食楽」を紹介します。

会場は代表の堀内さん宅。「これも入れよう」「おいしそう!」。朝から賑やかです。一ツ家、青井、

千住から集まった女性たちスタッフが、料理の準備にとてもご舞い。全員、平成29年度の「ここあだちカレッジ」の卒業生です。

最初は、それぞれ一人ひとりの参加者でしたが、ボランティア活動や地域活動について学ぶうちに絆を深めた2人から、卒業する時に「このまま別れ別れじゃあ、もったいない。集まろうよ」と提案が

あり、みんなも賛成。

周囲に高齢者や単身者が多いことから、ここあだちカレッジでの講座「地域の居場所の作り方」を生かして、「いきいきと健康に暮らすためには「食べるのが大事」と、みんなで料理を作って、おしゃべりができるふれあいサロンを立ち上げました。毎月1回開催しています。

サロンに誘われた男性は「3回目だけど、この会は、おいしい物が食べられるし皆で集まって楽しいよ」と話します。

この日も和気あいあいと楽しい交流会となりました。

2面に平成30年度「ここあだちカレッジ」の案内があります

おみそ汁を準備する堀内さん▶



▲ホットケーキの素にドライフルーツを入れて作った蒸しパン



▲「お味は?」「いい味だね」と会話ははずみます

第71回足立区民体育大会

●一輪車競技 日時 9月23日(日・祝)午前9時 場所 総合スポーツセンター 対象 在住・在勤・在学 参加費 1人1,000円(保険料別) 締め切り 当日まで受付 申し込み・問い合わせ メール。事務局・中村 aua.info.taikai@gmail.com

●ボウリング競技

日時 9月30日(日)午前9時 場所 マルアイボウリング 対象 在住・在勤・在学 参加費 1人3,000円(高校生以下2,500円) 締め切り 9月27日(木) 申し込み・問い合わせ 電話かFAX。担当・相良(サガラ) ☎3888-0707 [3888-9888](tel)

●武術太極拳競技

日時 10月14日(日)午前10時 場所 梅田地域体育館 対象 在住・在勤・在学 参加費 一般(高校生以上)1,000円、小・中学生500円、未就学児50円 締め切り 9月30日(日) 申し込み・問い合わせ 郵送。事務局・松本 〒120-0001 大谷田 1-1-2-1304 ☎[5616-2624](tel)

●ゲートボール競技

日時 10月16日(火)午前9時

場所 平野運動場 対象 在住・在勤・在学 参加費 1チーム3,000円 申し込み期間 9月15日(土)~10月5日(金) 申し込み・問い合わせ 電話かFAX。事務局・杠(ユズリハ) ☎080-1137-0045 [3860-0118](tel)

●ソフトテニス競技

日時 10月21日(日)午前9時 場所 千住スポーツ公園 対象 在住・在勤・在学 参加費 1人1,000円 締め切り 10月7日(日) 申し込み・問い合わせ メールかFAX。事務局・仲泊 ☎[3884-5827](tel) yuuki_adachi_st@yahoo.co.jp

●バドミントン競技(一般ダブルス)

日時 10月21日(日)午前9時 場所 総合スポーツセンター 対象 在住・在勤 参加費 1ペア2,600円 締め切り 9月30日(日) 申し込み・問い合わせ メール。担当・宮本 michio@rever.ne.jp

●ビーチボールバレー競技

日時 11月25日(日)午前9時 場所 総合スポーツセンター 対象 在住・在勤・在学チーム。 締め切り 10月1日(月) 参加費 1チーム3,000円 申し込み・問い合わせ 所定の申込用紙をハガキに

貼付し郵送。運営部・長谷部 〒121-0075 一ツ家3-10-7 ☎090-3592-2681

都民体育大会足立区予選会

●サッカー競技

日時 12月2日(日)~平成31年2月10日(日)午前9時 場所 鹿浜球場ほか 対象 在住・在勤・在学で15歳以上の男子チーム 参加費 1チーム5,000円 締め切り 9月10日(月) 申し込み・問い合わせ 電話かメール。担当・高木 ☎080-1104-5770 viviponta_milkharusu@rhythm.ocn.ne.jp

●陸上競技(兼ジュニア大会)

日時 10月6日(土)午前9時30分 場所 葛飾区陸上競技場 対象 在住・在勤・在学 参加費 1人1種目小学生400円、中学生500円、一般・壮年(高校生含)600円、リレー1チーム小学生800円、中学生1,000円、一般・壮年1,600円 締め切り 9月18日(火) 申し込み・問い合わせ 郵送かメール。担当・辻野 〒120-0046 小台2-3-21-304 entry_adachirk@yahoo.co.jp

ジュニアスポーツ大会

●ミニバスケットボール競技

日時 10月28日(日)、11月3日(土・祝)、11日(日) 場所 江北地域体育館ほか 対象 在住・在学の小学生チーム 参加費 1チーム5,000円 申し込み期間 9月15日(土)~26日(水) 申し込み・問い合わせ メール。事務局・田島 ☎3884-0391 adachiku.bb@gmail.com

●水泳競技

日時 11月18日(日)午前10時 場所 スイムスポーツセンター 対象 在住・在学の小学生 参加費 1人700円(保険料50円) ※1人2種目 締め切り 9月29日(土) 申し込み 郵送か持参。〒121-0812 西保木間4-10-1 スイムスポーツセンター宛 問い合わせ 担当・磯(イ) ☎090-3691-0239

ジュニア育成地域推進事業

●ジュニアゴルフ教室

日時 9月4日(火) ~10月24日(水) 午後4時50分~5時50分(全20回) 場所 青和ゴルフセンター 参加費 8,000円 対象 在住・在学の小・中学生 申し込み・問い合わせ FAX。担当・雨宮 ☎090-1557-4611 [048-922-2926](tel)