

戸町ふれセンだより



過去のセンター便りはこちら⇒

令和8年5月1日(第30号)

住所：戸町2丁目4番39号

電話・Fax：878-3079

山の緑が深まり、春から初夏へ向かう季節となりました。戸町ふれセンには、冷水機もありますので、お散歩の途中で冷たい水をどうぞ。
お子様との待ち合わせ場所としてもご利用ください



6月～7月のご案内

○健康ストレッチ②(野口先生)

日時 6月18日(木) 13:30～15:30 人数：30人(多いときは抽選)

申込：戸町地区ふれあいセンター 申込締切：6月11日(木)

○夏休み こども日本舞踊体験(藤間先生)計5回 人数：10人(先着順)

日時：7月30日(木)、8月1日(土)、5日(水)、6日(木)、8日(土) 10:30～11:30

対象：4歳以上中学生まで(8月8日はお披露目会)

申込：戸町地区ふれあいセンターに申込書を提出ください

○お遊び教室(子育てサポート課)

日時：6月15日(月)、7月はお休み 10:00～11:30

対象：0歳児から就学前のお子さんとその保護者(申込不要)

○おあそびひろば(とまちこども園)

日時：6月9日(火)、16日(火)、30日(火)、7月7日(火)、14日(火)、28日(火) 10:00～11:30

対象：0～5歳児の未就園児の親子

申込：事前申込不要。駐車はとまちこども園(☎878-4890)の駐車場を利用可能です。

○活き生きサロン(戸町みらいまちづくり協議会)

日時：6月4日(木)、7月2日(木) 14:00～15:30

申込：事前申込不要。時間までにふれあいセンターへお出でください。

○すこやか運動教室(崎望館)

日時：6月2日(火)・16日(火)、7月7日(火)・21日(火) 15:00～16:30

申込：参加希望の方は、崎望館(☎879-7878、担当：稲田)へご連絡ください。

○ふれあい食事会(社会福祉協議会戸町支部)

日時：6月20日(土)、7月18日(土) 11:00～13:00

対象：65歳上の一人暮らしの方

申込：事前に担当の民生委員へ連絡してください。

○原爆健診(市内を巡回して実施しています。当センターでは下記の日程で実施されます)

日時：5月19日(火) 13:30～15:30

持参するもの：被爆者健康手帳、第一種又は第二種健康診断受診者証と案内はがき

問合せ先：電話 844-3100(原子爆弾被爆者対策協議会・原爆健康管理センター)

戸町あれこれ（健康ウォークコース）

新緑が美しい季節です。今年の健康づくりの第1歩として歩いてみてはいかがでしょうか。

○女神大橋コース（距離：4.0 km、所要時間：50分、消費カロリー：169 kcal）

女神大橋駐車場から管理事務所で折り返すコースです。

- ・橋の両側に歩道があり、スタートからゴールまで車の危険性もなく歩きやすい。
- ・約4 kmのコースなので、ウォーキング初心者でも歩きやすいコースです。
- ・風が強い時は、帽子など飛ばされないように注意が必要です。

○鹿尾ダムコース（距離：4.2 km、所要時間：50分、消費カロリー：167 kcal）

桜祭りが開催される鹿尾川公園から土井首バス停までのコースです。管理事務所でUターンも可。

- ・平坦コース、ウォーキング向き
- ・鳥のさえずりが心地よく、運がよければ野生の鹿を見れるかも！？
- ・山と水面に挟まれて、夏は木陰が多く、涼しく、秋は紅葉が楽しめます。
- ・コースのほとんどに歩道がありませんので車に注意してください。

新着図書のご紹介

○一般書

- ・るるぶ 奈良 '27
- ・うちの子、今の食事で栄養的に大丈夫ですか 面家
- ・コーヒーのお菓子 若山 曜子
- ・たまさんちのホゴネコ 2 tam tam
- ・白露 今野 敏
- ・夜明けのハントレス 河崎 秋子
- ・果つる底なき 池井戸 潤
- ・カフェーの帰り道 嶋津 輝
- ・成瀬は都を駆け抜ける 宮島 未奈
- ・幸せへの一歩は運のせいにしないことから 伊藤 健太郎
- ・脳がないのにクラゲも眠る 糸 和彦
- ・はじめて部下をもったキミ、ドロッカーだけど質問ある？
- ・日本刀入門 イカロス出版
- ・新・教場 2 長岡 弘樹
- ・人間失格 太宰 治
- ・エンジェルフライト 佐々 涼子
- ・言葉の贈り物 若松 英輔
- ・神さまのビオトープ 風良 ゆう
- ・高市 VS 中国 須田 慎一郎
- ・大人だって、ぬいぐるみに癒されたい 伊庭 和高
- ・毎日少しずつ、柔らかい体になる！ 小柳 ルミ子
- ・生成 AI 時代の国語力 齋藤 孝
- ・ひと皿だから続く整いごはん 齋藤 菜々子
- ・名探偵の箸本さん 住本 優
- ・中学数学の解きかたが1冊でしっかりわかる 小杉
- ・寿司はいかに世界へ広まったのか？ 王 昊凡
- ・るるぶ東京 '27

- ・そんな気がする 武田 砂鉄
- ・世界でいちばん素敵なゴッホの教室 永井 龍之介
- ・憤怒の人 杉山 響子
- ・「私なんて」と考えてしまうあなたも、絶対に前向きになれる 40 の言葉 TAKAHIRO
- ・子どもの防犯・防災で知りたいことが全部のってる本
- ・美しい花言葉・花図鑑 二宮 孝嗣
- ・白と黒のソナタ 宇佐美 まこと

○児童書

- ・もりもりのもりのくまんとことりさん ジャーグイス
- ・学校にひそむきみんもんつき とみなが まい
- ・池江璃花子 池江 璃花子
- ・これから大人になるアナタに伝えたい 10 のこと
- ・着るロボット！ おおつか のりこ
- ・ノラネコぐんだんこんにちは 工藤 ノリコ
- ・へっこきよめさん おざわ としお
- ・ナガサキのおばあちゃん 高橋 克雄
- ・ラストで「まさか！」の3分ストーリー PHP
- ・つきよのたまご なかがわ ちひろ
- ・ねずみくんとおんがくたい なかえ よしを
- ・パパ、お月さまとって！ エリック＝カール
- ・ぬまの 100 かいだてのいえ いわい としお
- ・オムライスだいすき 荻田 澄子
- ・モモ ミヒヤエル・エンデ
- ・こんとあき 林 明子
- ・ネット・ゲームとのつきあい方 関 和之
- ・たいへんなひるね さとうわきこ
- ・幕末の宙 斎藤 洋
- ・フラフープ！ かねこ まき