

2025年(令和7年)

11月号

つなぐ・むすぶ

さくせん通信

第147号

発行 / 桜台センター

白井市桜台2-14

☎047-491-7111

令和8年3月7日(土)
開催予定!ご応募お待ち
しています

「さくせんフェスタ」は、桜台センターを利用しているサークル・団体、白井市や近隣地域で活動されている団体による、発表や活動報告などを行う場です。また、これから地域を盛り上げていきたいという思いのある地域の方たちの企画なども募集していますので、気になる方はぜひ、ご応募ください!

対 象 : 利用団体・地域住民の団体
募集内容 : 展示・発表・販売・体験など
募集期間 : 11月4日(火)～22日(土)

児

[ばらっぱまんじゅう]

白井市北部のきょうど料理の
おまんじゅうを作ろう!もちかえり
もあります♪

日 時 : 11月29日(土)

14:00～15:30

対 象 : 小学4年～6年生 先着8人

参加費 : 300円

持ち物 : 上履き、飲み物、エプロン、三角巾

ホカホカ
できたてのものを
食べられるよ★

児

チャレンジしてみよう★

かんたん しょうがつ お がみ つく
簡単♪お正月折り紙リースを作ろう!

日 時 : 12月6日(土)

13:30～15:00

対 象 : 小学1年～6年生 先着8人

持ち物 : 上履き・飲み物

さくひん い ふくろ
作品を入れる袋じぶんだけの
オリジナルをリースを
つくってみよう♪

11/2日(日)8:30～電話または直接窓口へ



イベントレポート



公

リフレッシュ倶楽部

いつまでも元気を実現！ロコモ予防体操

10 月 7 日 (火) に 60 代から 80 代の 17 人の参加で実施しました。
人生 100 歳といわれる中、自分のことは自分で出来る生活の継続を
目指すために「ちょっとした運動、バランスの良い食生活、質の良い
睡眠」が必要とお話がありました。講師の掛け声に合わせて、



グーチョキパーで脳トレを
して、みなさん真剣に
チャレンジしていました。

普段使わない筋肉をボールを使って動かしました。
音楽に合わせて、楽しみながら運動をしました。

あっという間の一時間半、講座で学んだことを家でも
実践して「いつまでも元気を実現」していきましょう。

※「ロコモ」とは、立つ、歩く機能が低下している状態



児



チャレンジタイムのスタッフを募集中 !!



チャレンジタイムで何をするか話し合っ^{たち}て決めたり
当日は先生の代わりに自分達でチャレンジタイムを行ったり...
お友達と一緒^{だち}に挑戦^{しょう}してみませんか？

小学4～6年生
先着 5 名 !



話し合い

11/ 6 (木) ・ 11/20 (木) 15 : 00 ~

当 日

12/11 (木) 15 : 00 ~ 15 : 20 集合

持ち物：筆記用具、飲み物



もっとほっとルーム

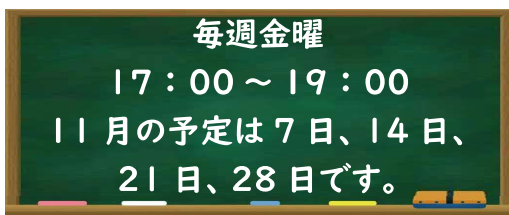
中高生の「学習の場」・「居場所」
として、白井市在住の中高生が
利用できます。一年ごとの登録が
必要となり、保護者の方の承諾が必要です。



毎週金曜

17 : 00 ~ 19 : 00

11 月の予定は 7 日、14 日、
21 日、28 日です。



子ども囲碁・将棋

毎月第 4 土曜

13 : 30 ~ 15 : 30

11 月 22 日に開催します。

次回 12 月はお休みです。



ルールを知らなくても
大丈夫！ボランティアさん
が教えてくれます♪

