

地域の情報 & お知らせコーナー

たけのこの会

「たけのこの会」は給食ボランティアによる配食サービスです。

高齢者（登録必要）のお宅へ見守りとふれあいを兼ねてボランティアでお配りしています。

日にち：5月11日（月）
6月 1日（月）



心配ごと相談

身近な相談窓口として、民生児童委員の方がいろいろな心配ごと相談に応じてくれます。

当日は行政相談も併せて行っています。

日時：5月 1日（金）
6月 5日（金）

時間：10：00～12：00

場所：三光コミュニティーセンター



「コミュニケーション麻雀」開催中 ～毎月最終金曜日～

自由にコミュニケーション麻雀を楽しめるよう月1回フリースペースを開所しています。経験がない方には経験者が教えてくれます。

コミュニケーション麻雀は簡易的なルールで行っていますのでお気軽にご参加ください。



【今後の予定】

★日にち：5月29日（金）、6月26日（金）、
7月31日（金）、8月28日（金）、
9月25日（金）

★時間：13：00～15：00

★場所：三光コミュニティーセンター

★出入りは自由

★お茶等の必要なものは各自ご持参ください

★事前申し込み不要

※人数が足りないこともあります。ご了承ください。



三光児童館の子育てひろば

未就学のお子さんとお保護者の方を対象としたイベントです。

日時：毎週木曜日 10：30～11：30

■5月■

- 7日「おゆすり会」
- 14日「えいごであそぼう」要予約
- 21日「足のメンテナンスのお話」要予約
- 28日「手形キーホルダー作り」

■6月■

- 4日「ブラッシング指導（保健師さんのお話）」
- 11日「ベビーマッサージ」要予約
- 18日「おと倶楽部」
- 25日「七夕飾り作り」



「竹馬」「缶ぽっくり」作りの達人募集!

児童館の子どもたちは外で遊ぶことが大好きです。そんな子どもたちと一緒に「竹馬」や「缶ぽっくり」など手作りのおもちゃを作りたいと思っています。

どなたか子どもたちに作り方を伝授していただけませんか？

「一緒に作ってもいいよ」という方はお声かけ下さい。

【問合せ先】

三光児童館 43-5194



【編集後記】令和8年度がスタートしました。今年度も引き続き三光地区を担当します、高藤美保です。三光での勤務も8年目となりましたが、まだまだ知らない三光の魅力があるようです！地域の方とお話をするとう新しい情報をいただき、訪れる機会をいただけます。初めてのところはドキドキしますが、そのドキドキが心地よかったです。今年度もその「ドキドキ」を求めていきたいと思っています。

地域活動支援係 たかふじみほ

地域が元気になる地域福祉情報紙

とんぼのめ



第102号

とんぼ協力：はしもと まさこ

2026年5号発行

《発行元》

社会福祉法人 中津市社会福祉協議会

地域支援課 地域活動支援係

(三光コミュニティーセンター内)

〒871-0102

中津市三光成恒 241-1

TEL 0979(43)5390

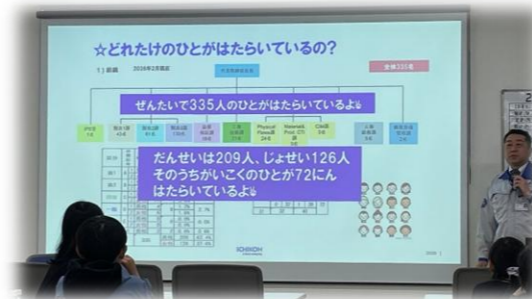
FAX 0979(43)2594

九州市光工業「こども食堂」開店!!

3月20日（金）、森山地区にある九州市光工業（株）にて「こども食堂」が開催されました。市光工業さんは神奈川県に本社があり、主に自動車のランプの製造を行っています。今回の「こども食堂」は地域との交流活動の一環で始められました。

当日は20名の方が参加されました。まず展示されている“ランプ”を見学したあと、社員食堂でスクリーンを使って「市光工業のこと」を教えてくださいました。お話を聞いたあとは待ちに待ったお昼ごはんです♪お子さまランチメニューに子どもも大人もニコニコでした◎今回は「こども食堂」という名称で開催しましたが、次回からは「市光」の「光」から「ひかり食堂」という名前で取り組まれるそうです。

スクリーンを使っての お仕事説明



次回開催日 10月12日(祝・月)



【市光工業 担当：足立さん】

今回の開催を通じて、子どもさんの笑顔や地域の方との交流にふれ、地域社会とのつながりの大切さを改めて感じました。

参加者の感想（一部紹介）

- ◎三光には「こども食堂」がなかったので、開催されると知り嬉しかったです。
- ◎お父さんの仕事を知ることができました。
- ◎工場の中でどんな仕事が行われているのか知れました。
- ◎ご飯がおいしかったです！
- ◎社員食堂の雰囲気も感じられ、社会見学の様でした。



★ごちゃまぜ交流会★

西秣いきいきサロン・西秣っ子・三光児童館

4月1日(水)、西秣地区でいきいきサロンの方々、西秣地区の小学生・保護者、三光児童館の子ども達が参加し交流会が行われました。いつものサロンに、三光児童館が「遊びにいてもいいですか?」とお願いしたところ、「それなら地区の子ども達にも声をかけて、カレーを一緒に食べよう!」と提案があり、今回の交流会になりました。総勢40名の大人数でレクリエーションを楽しみ、地区の方々が作ったカレーをいただきました。地区や世代を越えた温かい交流となり、心もお腹もいっぱいになりました😊



三光地区は小学校の修学旅行は一緒に行くから、6年生はお互いの顔を覚えておきよ~

いつもは1杯だけど、今日は2杯も食べたよ!



ご紹介 元気!いきいき☆週一体操教室 「ややまの里元気クラブ」

昨年12月1日に上田口地区で「ややまの里元気クラブ」が発足しました。週一体操教室は平成27年からスタートし、三光地区で10カ所目の教室となります。先日、発足から3カ月目を迎え、歩く速さなどの測定を行いました。ゲームでウォーミングアップをした後の測定では皆さんこれまでの体操の成果を発揮されていました。

★3カ月目の感想★

- ・1人では続けることはできないけど、みんながいるので楽しみながら出来る
- ・記録が良くなった
- ・みんなに会えることが嬉しい
- ・おしゃべりを楽しみにしている



発会式の様子

【代表】金色 敏明さん
【場所】上田口公民館
【開催日】月曜日 10:00~



令和8年度 いきいきサロン上半期予定表

| | | 4月 | 5月 | 6月 | 7月 | 8月 | 9月 |
|-----|-----|---------------|------------|---------------|--------------|---------------|-------------|
| 佐知 | 開催日 | 10日(金) | 8日(金) | 12日(金) | 10日(金) | | |
| | 内容 | 春の遠足 | 今井くんと遊ぼう! | おしゃべり会(人権) | そば打ち体験 | 休み | 休み |
| | 講師 | | 今井学さん | | 飲食業組合 | | |
| 土田 | 開催日 | 16日(木) | 21日(木) | 18日(木) | 16日(木) | | |
| | 内容 | 大正琴 | 太平楽 | 健康の話 | ひよっこ踊り | 休み | 休み |
| | 講師 | 楠木会 | | 市・介護長寿課 | 豊田ひよっこ踊り愛好会 | | |
| 臼木 | 開催日 | 14日(火) | 12日(火) | 9日(火) | 14日(火) | | |
| | 内容 | ごきぶりだんご作り | レクリエーション | お話 | 健康の話 | 休み | 休み |
| | 講師 | | | 長仁寺 | 市・介護長寿課 | | |
| 小袋 | 開催日 | 23日(木) | 28日(木) | 25日(木) | 23日(木) | | |
| | 内容 | カクテルを楽しもう | 駐在さんと話そう | めじろん体操♪ | あなたの口大丈夫? | 休み | 休み |
| | 講師 | 社交飲食業組合 | 真坂駐在所 | 包括支援センター | 市・介護長寿課 | | |
| 諫山 | 開催日 | 2日(木) | 8日(金) | 13日(土) | 11日(土) | | 未定 |
| | 内容 | 花見 | さんさん講話(体操) | 子どもとの交流 | 落語 | 休み | おしゃべり会・人権学習 |
| | 講師 | | 包括支援センター | | 豊前亭 | | |
| 成恒 | 開催日 | 9日(木) | 14日(木) | 11日(木) | 9日(木) | 6日(木) | 10日(木) |
| | 内容 | 紙芝居 | 健康の話 | あじさい園 | 駐在さんと話そう | 盆踊りの練習 | レクリエーション |
| | 講師 | 三光ボランティアガイドの会 | 市・介護長寿課 | | 山口駐在所 | | |
| 原口 | 開催日 | 2日(木) | 7日(木) | 4日(木) | 2日(木) | 8日(土) | |
| | 内容 | カラオケ・花見 | がんばるーんボール | 紙芝居 | さんさん講話(週一体操) | 子どもと一緒に落語会 | 休み |
| | 講師 | | 奥園さん | 三光ボランティアガイドの会 | 包括支援センター | 豊前亭 | |
| 森山 | 開催日 | 8日(水) | | 17日(水) | 15日(水) | 6日(水) | |
| | 内容 | 花見 | 運動会 | あじさい園 | 演芸 | 子どもとの交流会 | 休み |
| | 講師 | | | | ほほ笑い演芸座 | | |
| 下田口 | 開催日 | 15日(水) | 20日(水) | 17日(水) | 15日(水) | | |
| | 内容 | ごきぶりだんご作り | 貯筋体操 | あじさい園 | さんさん講話(認知症) | 休み | 休み |
| | 講師 | | 薬丸先生 | | 包括支援センター | | |
| 上田口 | 開催日 | 6日(月) | 25日(月) | 22日(月) | 27日(月) | 24日(月) | |
| | 内容 | 花見 | ごきぶりだんご作り | あじさい園 | 学くんと遊ぶ | 紙芝居 | 休み |
| | 講師 | | | | 今井学さん | 三光ボランティアガイドの会 | |
| 西秣 | 開催日 | 1日(水) | 13日(水) | 3日(水) | 1日(水) | 6日(木) | 2日(水) |
| | 内容 | 貯筋体操 | 歩行シミュレータ | 頭の体操 | おしゃべり会・人権学習 | 子どもとの交流会 | がんばるーんボール |
| | 講師 | 薬丸先生 | 中津警察署 | 今井学さん | | | 奥園さん |
| 下秣 | 開催日 | 6日(月) | 11日(月) | 1日(月) | 6日(月) | | 7日(月) |
| | 内容 | 花見 | 貯筋体操 | さんさん講話(脳トレ) | 七夕飾り作り | 休み | 健康でいるために |
| | 講師 | | 薬丸先生 | 包括支援センター | | 市・介護長寿課 | |
| 上秣 | 開催日 | 7日(火) | 12日(火) | 23日(火) | 7日(火) | 6日(木) | 8日(火) |
| | 内容 | 花見・学くんの脳トレ | ミニコンサート | 紙芝居 | おしゃべり会・人権学習 | 子どもとの交流会 | スカットボール |
| | 講師 | 今井学さん | おふくろず | 三光ボランティアガイド | | | |
| 下深水 | 開催日 | 6日(月) | 4日(月) | 1日(月) | 6日(月) | 6日(木) | 7日(月) |
| | 内容 | 花見 | レクリエーション | さんさん講話(体操) | 防犯の話 | 子どもとの交流会 | 数字で脳トレ |
| | 講師 | | | 包括支援センター | 山口駐在所 | | 今井学さん |
| 上深水 | 開催日 | 22日(水) | 27日(水) | 24日(水) | 22日(水) | 25日(火) | |
| | 内容 | ひよっこ踊り | 音楽健康法 | 大川病院の話 | レクリエーション | 腸活の話 | 休み |
| | 講師 | 豊田ひよっこ踊り愛好会 | 大江先生 | 大川病院 | 市・介護長寿課 | 新行橋病院 | |

状況によって変更がある場合があります。「参加してみたい」方はサロン代表へおつなぎいたしますので社協三光までご連絡ください。社協三光(担当:高藤) 43-5390