



もみ

令和7年 10月1日 発行：岩月公民館
喜多方市岩月町宮津字東原 4843-1
TEL 22-1324 FAX 24-2109
✉ k.iwa@city.kitakata.fukushima.jp

令和7年度

第25回

岩月交遊館まつり

ボランティアさんによる

数量限定

第29回

岩月新そばまつり

見て食べて遊んで
楽しんじゃおう!



とき 11月 2日 (日)

ところ 岩月交遊館・岩月夢想館

時間 午前10時～午後2時

※詳細は、各戸配布にてご案内します

祝 岩月町金婚祝賀会



来賓挨拶
喜多方市長
遠藤 忠一 様



来賓挨拶
喜多方市議会議員
副議長 菊地 とも子様



福島民報社 喜多方支社長
石井 賢二様より渡部 和栄・
千恵子ご夫妻へお祝いの賞状
が贈られました



ご来賓の皆さまと 記念の写真撮影



敬老会実行委員会
佐藤 友信会長

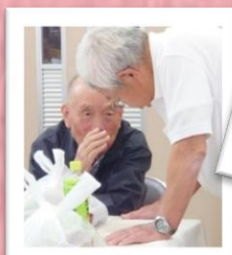
人生百年、目指すは「ダイヤモンド婚」



「会津目出度」を披露♪
ちょっとやって民謡教室



粛々と「高砂」♪
なくてはならぬ謡曲教室



朝早くからの美化活動をありがとうございます



8/30(土)6:00～
いわつきボランティア
夢想館前の花壇の
除草作業



9/14(日)6:00～
岩槻町行政区長会草刈り
市道 15179 号線(旧国道 121 号線)
稲村・平沢間



9/21(日)6:00～
岩月まちおこし環境整備
交遊館・夢想館・グラウンド
・石庭前

参加者募集中

ぬかづか やまがしら

糠塚古墳 山首神社 大沢遺跡の件

岩月公民館で座学の後、バスで現地を訪ねます

日時 令和7年10月4日(火)

集合 岩月公民館 9時30分

講師 喜多方市文化課 渡部展好さん

定員 20名

参加費 200円

持ち物 歩きやすい靴で
お越しください

ふるさと歴史探訪

こんにちは 喜多方市立第三中学校のみなさん！

9月17日18日の二日間、喜多方市立第三中学校第二学年4名の生徒が職場体験学習として岩月交遊館を訪れました。謡曲教室、民謡教室の講座へ参加、そして多目的ホールで行われた金婚祝賀会の会場の設営は4人で話し合いながら机やイスを並べました。二日間、とてもアクティブに動き、職場体験の勉強になったと思います。お疲れさまでした。



みんなで防災！

『100文字防災 防災士 佐藤 明紀』さん

北海道・三陸沖後発地震注意情報は、日本・千島海溝沿いで起きた規模の大きい地震の影響により、新たに大規模な地震が起きる可能性が相対的に高まるという考えから発表されます。内容と留意点を知っておきましょう。



岩月公民館
切り絵教室作品

岩月公民館 10月 予定

日	曜日	講座 予定	時間
6	月	絵手紙教室	14:00
7	火	大仏学級 そば打ち	9:15
12	日	やさしいピラティスクラブ	14:00
13	月	岩月太極拳教室	19:00
14	火	ふるさと歴史探訪	9:30
		雛ひなクラブ	9:30
15	水	なくてはならぬ謡曲教室	13:30
16	木	ちょっとやって民謡教室	13:30
17	金	エンジョイ手芸教室	13:00
18	土	ゆったり太極拳体操	10:00
21	火	写真教室	9:00
23	木	もみの木学級 10月講座	9:30
27	月	岩月太極拳教室	19:00
28	火	切り絵教室	9:30
日	曜日	会 議 ・ 行 事	時間
7	火	岩月交遊館まつり実行委員会第2回会議	18:30
10	金	岩月町民生児童委員協議会	9:15
15	水	市民総ぐるみ あいさつ運動	7:15
23	木	『ささえ愛 いわつき』会議	18:30
30	木	三町合同行政懇談会	10:00
11/1	土	岩月交遊館まつり準備	9:00

高齢者の夏バテに注意してください

民生委員だより 132号 9月号

毎年のように熱中症の注意喚起がなされていて、とくに高齢者に対しては「暑さを我慢せず、冷房をつけて」と呼びかけています。にもかかわらず、夏バテしてしまう高齢者は後を絶ちません。

高齢者の夏バテの特徴 のどの渇きに気づきにくく、あまり水分を口にしないという傾向にあります。加えて、夏の暑さによって胃腸のはたらきが悪くなり、食欲がわかなくなって体調を崩すこともよくあることです。

水分不足には乳酸菌の摂取 ヨーグルトやチーズに含まれる動物性乳酸菌は、お通じをよくしてくれます。また、咀嚼する機能が衰えている高齢者でも口にしやすい食品です。

おすすめの食事メニューとポイント

- 主食：白米、麺類 など
- たんぱく質：半熟卵、鶏肉、煮魚、豆腐、湯葉、納豆 など
- 野菜類：煮野菜（きゅうり、トマト、なす など）
- 果物類：バナナ、オレンジ、みかん など
- そのほか：発酵食品（味噌、甘酒 など）やくみ（しょうが、みょうが、青ネギ、大根おろし など）
- 参照 かんぽ生命