

東太美 2月号 交流センターだより

開館日 月～金曜日（土日、祝日休館）
 利用時間 9時～17時
 時間外・休館日（予約のみ利用可）
 〒939-1756 南砺市土生新522-3
 TEL・FAX：0763-55-1224
 メール higashifutomi.kmn@gmail.com



ホームページ <https://higashifutomi-kc.7104.info>

令和7年度 各地区の区長・自治会長さんの紹介

各地区区長

- ・土生新 奥野 忠志
- ・大西 渡辺 毅
- ・立野原西管理委員長
栗山 仁視

（敬称略）

- ・殿 天池 彦敬（新）
- ・土生 松本 和則（新）

各地区自治会長

- ・下野 栗山 賢一
- ・経塚 橋本 健二（新）
- ・矢留 奥野 益成（新）
- ・立美 森井 康一（新）
- ・南部市野沢 小山 広宣（新）
- ・大西 岩崎 昇（新）

- ・上野 鵜野 孝志
- ・立野 仲筋 康一（新）
- ・立野新 谷村 和昭
- ・北部市野沢 天池 誠（新）
- ・殿 天池 浩（新）
- ・土生 西村 浩光

よろしくお願いたします。

行事のお知らせ

2月1日（土） 9時30分～15時 だれでも来てね！

土曜においDAY！開催します

- | | | |
|----------|-------------|--------------------|
| すまいる広場 | 9:30～10:00 | 絵本のよみきかせ |
| 東ちゃ屋 | 10:00～15:00 | お茶を飲みながらおしゃべり楽しいよ！ |
| みんな食堂 | 11:30～14:00 | おにぎりを食べながらおしゃべり |
| eスポーツ交流会 | 13:30～15:00 | ボーリング、太鼓の達人で対戦！ |

【参加費無料】

豪華景品ゲット！



2月25日（火）・3月4日（火） 13時30分～16時

エコ・ECO教室の開催

いっしょに作りましょう参加お待ちしております！

家に眠っているハギレを使って
バックを作ろう！



福光地域二十歳の集い おめでとうございます

【各地区の対象者】

上野	1名
立野	2名
矢留	2名
北部市野沢	1名
殿	3名
大西	1名



1月12日(日) 福光地域「二十歳の集い」が福光中央会館5階大ホールで福光地域105名、うち東太美地区の10名全員が参加のもと、開催されました。

「記念式典」では、ビデオメッセージで南砺市長からの祝福の言葉があり、来賓の方々の祝福を受けられました。

「記念アトラクション」では、二十歳の集い実行委員が企画した中学校の思い出のスライドが上映され、恩師からの祝辞がありました。また、天池実優さんが東太美代表として、近況と抱負を述べられました。

二十歳を迎えられた皆様の、今後のご活躍を心からお祈りいたします。

 南砺市 結婚活動支援事業

婚活倶楽部なんと

を御存じですか？

南砺市は結婚を考えておられる方に出会いを提供しています。

加入登録費用及び年会費は無料です。

南砺市が運営する組織なので安心して加入いただけます

加入しませんか

イベントの紹介 (イベント参加費のみ別途必要)

南砺市ではしあわせな結婚生活を望む皆様のために、さまざまなイベントを開催しています。

南砺市の多彩な婚活イベント 2025

3本の矢 出会いを探しているのはもちろん、出会いの後も迷わず「嫁い」ことができる」機会をご用意しています。「異性との出会いがない」「何から始めたいかわからない」...まずはお気軽に参加ください。

恋愛塾 会場：秀夢本楽館 (南砺市立14-2) 下記「出会い【一デー】特別講座」の受講料もあわせて。

恋愛塾は異性や自分自身について学び、あなたの婚活をサポートするためのイベントです。

パワーストーン選び 日時：2月11日(火・祝) 10:00~12:00 申込締切：2月2日

定員：单身男女16名 ◆応募多数の場合は抽選となります ◆参加費：1,000円(ストラップ付)

市内居住成婚カップル **181組**

2024.11.30 現在

是非ご参加下さい!!

【お問合せ】

南砺で暮らしません課 婚活支援事業係 (10:00~19:00) TEL 0763-23-2037

活動報告

三世代交流しめ飾り作り（生涯学習子育て部会）

12月26日（木）に講師の吉田由里恵さん（井口）を招き、煌びやかなオリジナルのしめ飾りを作りました。

それぞれ力作ができ、「お正月用に飾ろう〜と」と大変好評でした。その後、参加者全員でゲームも行ない楽しい時間を過ごしました。



健康講座・地域福祉部会・ケアネット活動会議（地域福祉部会）

1月14日（火）に福祉部会の前に、健康講座を開催しました。

冬場にできる運動について講師にNPO法人福光スポーツクラブの小谷真澄インストラクターにタオルを使った運動を中心に身体を動かしました。

その後、地域食堂の開催と友愛訪問についての説明がありました。

また、ケアネット会議では、民生委員を中心として3チームに分かれ見守り状況の報告と新たな要支援者等の確認をし、マップに書き込む作業が行われました。



消防団 東太美分団初放水

1月4日（土）南砺市消防出初式が9時よりじょうはな座で行われました。終了後11時40分より東太美分団の初放水が駐在所南側で行われ、今年一年の「無火災・無災害」を誓いました。



東太美福寿大学（県政報告）



1月11日（土）県議会議員武田慎一氏を講師に招き県政の取り組みについて報告会が開催されました。地元福光、南砺市がかかえている課題などについて、わかりやすく講演されました。

週一サロン「なごみ」

12/23

お楽しみ会

1/20

正月遊び



【ビンゴ大会】



【名前ビンゴ】



お楽しみ会の中で山岸部会長から「健康ぷらざ」の中にある『高齢者の健康法』の紹介がありました。

「一読」 新聞・雑誌・本 好きなものを選んで読む。

「十笑」 笑うほど免疫力向上。 十回くらいは笑おう。

「百吸」 深呼吸を一日百回くらい。 肺の機能が高まり自律神経が安定。

「千字」 一日に千字くらいは文字を書く。 日記・手紙・メモをこまめに文字を書く。できるだけ漢字を使う。

「万歩」 一日一万歩を目指して歩く。



交流センター利用・行事予定カレンダー

日付	曜日	内容	時間	場所
1	土	土曜においDAY	9:30~15:00	ホール
3	月	週一サロン「なごみ」貯筋体操・「安心安全講座」	9:30~11:30	ホール
10	月	週一サロン「なごみ」753運動・血圧測定・「防災紙芝居」	9:30~11:30	ホール
12	水	なごみごらく部「手芸」	13:30~16:00	ホール
13	木	福寿大学（生前整理について考えよう）	13:30~15:00	ホール
		令和6年度監査と幹部役員会	15:00~16:30	会議室
17	月	週一サロン「なごみ」貯筋体操・「みんなで歌おう」	9:30~11:30	ホール
18	火	コミュニティカフェ「東ちゃ屋」	10:00~15:00	和室
19	水	なごみごらく部「絵手紙」	13:30~16:00	ホール
21	金	なごみごらく部「デッサン・ペン画」	13:30~16:00	ホール
25	火	エコ・ECO教室	13:30~16:00	ホール
27	木	なごみごらく部「健康マーじゃん」	9:30~16:00	和室

令和6年12月末現在 人口・世帯数 ※（ ）内は先月比

南砺市	世帯数	17,533戸 (-8)	福光地域	世帯数	5,918戸 (-9)	東太美地区	世帯数	344戸 (-1)
男	22,189人 (-50)		男	7,387人 (-17)		男	490人 (+1)	
女	23,882人 (-28)		女	8,030人 (-13)		女	513人 (-1)	
合計	46,071人 (-78)		合計	15,417人 (-30)		合計	1,003人 (0)	