

# 東太美 6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



## 行事のお知らせ

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

土曜においDAY!

日時 6月6日（土）10時～15時  
会場 東太美交流センター

すまいる広場・東ちゃ屋・みんな食堂・eスポーツ交流会をやるよ！  
今回、みんな食堂（11：30～13：30）はお好み焼きとおにぎり  
みんな誘い合って来てね！

## 地域づくり講演会

日時 6月10日（水）19時～  
会場 東太美交流センター ホール  
講師 トレボア（株） 専務取締役 西能 立氏



演題 「<sup>アレモア</sup>aremoa」が描くまちの未来  
みなさん、ぜひご聴講ください。

## 東太美ぐるっとロゲイニング2026

7月4日（日）9：30～12：00

昨年に引続き開催 地図を片手に、チームで決められた時間内に東太美の史跡を巡りクイズに答えよう。徒歩またはrunで移動して、集めた得点で順位が決まるよ。

午後からはニュースポーツの体験会も開催！



夏のバス旅行 7月28日（火）  
黒部ダムと立山黒部アルペンルート

皆さんの参加をお待ちしています。



詳しくは折込チラシをご覧ください、お申し込みください。

## 活動報告

### 4/20 行政推進員会議 地域づくり小委員会

午後7時からオンラインで、市民協働課から「行政推進員の手引き」に基づいて各事業の説明がありました。

その後、小委員会に移り視察研修・地域づくり講演会等について連絡しました。



### 4/23 生涯学習子育て部会



第1回の部会を開催しました。簡単な自己紹介の後、今年度の事業計画について協議しました。

5/24（日）には下野公民館前交差点の花壇に花苗を植えます。都合のつく方は8時30分に交流センターに集合をお願いします。

### 5/16 南部小学校運動会

当日は絶好の運動会日和となりました。児童たちは保護者や先生方が見守るなか、赤・青・黄団と別れ、元気に走ったり、友達を応援したりと、一生懸命頑張っていました。



### 5/20 ヨガ教室

教室の第1回目です。フィットネスインストラクター且見千尋先生の指導のもと、9名が1時間リラックスした時間を過ごしました。

外仕事で疲れた体をほぐしませんか。後4回  
6/17 7/15 R9年2/17 3/17にします。

まだ、定員に余裕がありますので、参加希望の方は交流センターまでお申し込みください。



5/2 土曜においDAY!

29名の参加がありました。ホールでボードゲーム、絵本の読み聞かせ、eスポーツをみんなで楽しみました。

みんな食堂では、ちらし寿司とみそ汁をみんなで美味しくいただきました。



## 週一サロン「なごみ」

4/27 民舞鑑賞

「風香の会」のメンバー13名に来ていただきました。アンコールを含め11曲を披露してもらいました。秋田県の民舞から沖縄のユンタまで多彩なプログラムと、それに合わせた民族衣装で楽しませていただきました。



5/11 フレイルチェック

今回も南砺市ヘルスポランティア連絡協議会から来ていただきました。

健康寿命の3つの柱「しっかり食べて」「しっかり動いて」「みんなで楽しく」を意識して、日頃からフレイル予防を心がけましょう。



※フレイルとは「身体的機能」や「認知機能」が徐々に低下しつつある状態をいいます。

5/18 防火の話と避難訓練

南砺消防署職員を講師に迎え、「高齢者のための安全・安心 住宅防火研修」と題して講義を受けました。

その後、サロンのみなさんで避難訓練を実施しました。

全国的に山火事が発生がしています。空気の乾燥している時、風の強い日、火の取り扱いにご注意ください。



# 5/21 東太美福寿会 福寿大学

南蟹谷駐在所の加藤巡查長を講師に交通安全と防犯の話がありました。

三遊亭小遊三師匠の軽妙な語り口のDVDを見た後、交通安全クイズ・防犯の話で改めて注意喚起がありました。



## 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	月	週一サロン「なごみ」 貯筋体操 ふくし出前講座 「栄養について学ぼう」	9:30~11:30	ホール
4	木	生涯学習子育て部会	19:00~	ホール
		秋桜グループ	14:00~16:00	和室
6	土	土曜においDAY!	10:00~15:00	全館
7	日	七つの子	19:30~	ホール
8	月	週一サロン「なごみ」 貯筋体操 血圧測定等 正立寺住職法話	9:30~11:30	ホール
10	水	地域づくり講演会 講師 第一交易(株)専務取締役 西能 立氏 演題「aremoa」が描くまちの未来	19:00~	ホール
11	木	なごみごらく部 「手芸」 ポーチ作り	13:30~16:00	会議室
17	水	なごみごらく部 「絵手紙」	13:30~16:00	会議室
15	月	週一サロン「なごみ」 753運動 かわいいー輪植え	9:30~11:30	ホール
16	火	エコ・ECO教室 ペットボトルキャップアート作り(第3回)	10:00~11:00	ホール
		コミュニティカフェ「東ちゃ屋」	10:00~15:00	ホール
17	水	健康づくり講座(ヨガ教室)2回目	10:00~11:00	ホール
18	木	福寿大学 温泉に入り楽しく会食「小矢部市 宮島温泉 滝乃荘」		
19	金	なごみごらく部 「デッサン・ペン画」	13:30~16:00	会議室
22	月	週一サロン「なごみ」 753運動 フォークソングN&K	9:30~11:30	ホール
25	木	なごみごらく部 「健康マーじゃん」	9:30~16:00	和室
		地域ぐるみの「話し合い」 最適土地利用総合対策事業	19:00~	ホール
29	月	週一サロン「なごみ」 753運動 よさこい踊り	9:30~11:30	ホール

### 令和8年4月末現在 人口・世帯数 ※ ( ) 内は先月比

南砺市	世帯数	17,440戸 (+8)	福光地域	世帯数	5,866戸(+7)	東太美地区	世帯数	340戸(0)
男	21,623人 (-47)		男	7,173人 (-27)		男	468人 (-3)	
女	23,143人 (-52)		女	7,714人 (-12)		女	488人 (-1)	
合計	44,766人 (-99)		合計	14,887人 (-39)		合計	956人 (-4)	