



1月

7/6  
(日)

## かとコミあそぼうDay 「ボッチャ」あそぼう!!



日 時：7月6日(日) 10時～12時  
※ 途中からの参加もOKです！  
場 所：河東地区コミュニティ・センター 多目的ホール  
対 象：河東小・河東西小児童  
持参品：運動のできる服装、室内シューズ、タオル、  
飲み物  
申込み：不要、当日直接お越しください  
内 容：子どもたちのニーズに応じて、「ボッチャ」の  
他にも実施する予定です  
・ニュースポーツ（スカットボール、わなげ、  
カローリング、ビーンボーリング 等）  
・昔あそび（けん玉、お手玉）  
※ 宗像市のスポーツ推進委員や地域のスポーツボランティア  
がお世話します  
※ 地域における楽しい子どもたちの居場所のひとつになるよ  
う願っています

1	火	食生活改善推進会料理教室
2	水	
3	木	ヘルス推進員健康教室
4	金	[青少年育成部会] 福祉社会出前講座
5	土	[地区防災計画の策定]
6	日	かとコミあそぼうDay グラウンドゴルフ大会 河東コミュニティバス休み
7	月	休館日
8	火	[指導員会]
9	水	
10	木	子育てサロン河東西
11	金	[区長会]
12	土	
13	日	体験教室「アダプティッド・スポーツ」
14	月	休館日
15	火	
16	水	[広報委員会]
17	木	[四役会] 子育てサロンびんぐり
18	金	スマホ教室
19	土	
20	日	河東コミュニティバス休み
21	月	休館日
22	火	かとコミ宿題Day [指導員会]
23	水	かとコミ宿題Day
24	木	[役員会] 市内一斉パトロール かとコミ宿題Day
25	金	かとコミ宿題Day
26	土	
27	日	
28	月	休館日
29	火	かとコミ宿題Day
30	水	かとコミ宿題Day
31	木	かとコミ宿題Day

毎月最終木曜日  
図書館のみ休館

7/13  
(日)

## 体験教室 「アダプティッド・スポーツ」

アダプティッド・スポーツとは…  
性別や年齢、体力、スポーツ経験の有無にかかわらず、誰で  
も気軽に参加して楽しむことができるよう、ルールや用具を  
工夫し適応(adapt)させたスポーツのことです

河東小、河東西小、河東中、保護者、地域住民の皆さん、  
年齢など考えず、楽しく体と頭脳を活性化させましょう！  
大勢の方のご参加お待ちしています！

日 時：7月13日(日) 9時30分受付開始 10時～12時  
場 所：河東小学校体育館  
対 象：河東地区にお住まいの方  
持参品：運動のできる服装、室内シューズ、タオル、飲み物  
申込み：不要、当日直接お越しください  
競 技：①モルック  
フィンランドの伝統的なゲームを元に開発された  
木の棒を投げてピンを倒す得点ゲーム  
②風船バレー  
直径約40cm程度の風船を使い、バドミントン  
コートで6人制のバレー形式で行うスポーツ  
担 当：青少年育成部会

8/ 5 (火)  
8/19 (火)

## 子どもわくわくクッキング 「みんなで食べるっていいね♪」 ～共食のすすめ～

献 立：“楽しく作ろう” 時短パン、ミートボールスープ  
キュウリとツナのマヨ和え、サイダーゼリー  
日時・対象

①8月 5日(火) 9時30分受付 9時50分～13時  
河東小3年生～6年生 先着15人  
②8月19日(火) 9時30分受付 9時50分～13時  
河東西小3年生～6年生 先着15人

※ 食物アレルギーのある方は参加できません  
場 所：河東地区コミュニティ・センター調理室  
持参品：エプロン、三角巾、布巾、手拭きタオル、飲み物  
筆記用具、上履き  
参加費：500円  
申込み：7月2日(水)～29日(火)  
電話または窓口でお申込みください  
担 当：健康福祉部会 食生活改善推進会



## 無料スマホ教室



指導者：(株)ティーガイア  
場 所：河東地区コミュニティ・センター大会議室  
日時、内容  
第1回：7月18日(金) 14時～16時10分  
基本コース（基礎）  
第2回：8月29日(金) 14時～16時10分  
基本コース（応用）  
第3回：9月19日(金) 14時～16時10分  
LINE基礎  
第4回：10月10日(金) 14時～16時10分  
LINE応用  
第5回：11月14日(金) 14時～16時10分  
スマートなんでも相談会  
持参品：筆記用具、スマートフォン（iPhone・Android  
いずれでも構いません）  
対 象：コミセン主催のスマホ教室に初めて申込みの方  
全5回 参加できる方  
申込み：7月2日(水) 受付開始  
河東地区にお住まいの方 先着14人  
電話または窓口でお申込みください

## 第17回河東地区みんなのまつり ステージ出演者募集

日 時：10月26日(日) 10時～13時  
場 所：河東地区コミュニティ・センター  
宗像勤労者体育センター  
晴天／屋外ステージ  
雨天／コミュニティ・センター多目的ホール  
内 容：楽器演奏、ダンスなど ジャンル不問  
準備・片付を入れて30分の出演  
募集数：6組程度  
募集期間：7月2日(水)～31日(木)  
窓口で申込み用紙を配布します。必要事項を  
記入の上お申込みください (Fax送信可)  
※ 応募多数の場合は、出演内容やお住まいの自治区が偏ら  
ないように調整させていただきますので、ご出演できな  
い場合があります。ご了承ください  
主 催：河東地区コミュニティ運営協議会  
(第17回河東地区みんなのまつり実行委員会)