

# 三徳地域だより 三徳通信

(令和8年9月号)



## ケア・トランポリン体験会 in 三徳センター!!

旧三朝小学校で定期開催されているケア・トランポリン! が 7/30(木)三徳センターにやってきました。地域おこし協力隊の菅野さんの指導の下、楽しく取り組みました。今後も是非三徳センターで! という声があがり、この度三徳センターでの定期開催が決定しました!



詳しくはこちら!

三徳センター出張ヨガ教室に参加しませんか!

9月18日(金) 19:00~20:00

(参加費) 500 円 (会場) 三徳センター和室  
(準備品) ヨガマット又はバスタオル・ドリンク  
(講師) 坂根真奈美さん

【参加を希望される方】 9/11(金)までに三徳センターへお申込ください。

## 「ケア・トランポリン」三徳センター定期開催決定!

両脚は健康のパロメーター! これからも自分の脚で歩ける毎日を! 無理なく続ける運動、はじめませんか!

毎月第4木曜日 10:00~11:00

(※但し、9月に限り、9/28(月)となります。)

・会場: 三徳センター和室 ・参加費: 無料  
申込み 参加を希望される方は、開催日の1週間前までに三徳センターへご連絡下さい。

青少年・女性・福祉部会

## 夏休み親子体験活動 ステンシルを楽しみました!

8月2日(日)、琴浦町 issing 丸山ユキさんを講師に迎え、ステンシルでTシャツ作りを開催しました。当日は、多くの親子が集まり、思い思いの発想でみなさん世界にひとつだけのお気に入りの作品を仕上げました。



## 第6回 小鹿・三徳・みささ村

## グラウンドゴルフ交流大会

10/4(日) (受付) 午前8時~  
(開会式) 8時15分~

(競技開始) 8時30分~

- ◆場所 ふるさと健康むら(少雨決行)
- ◆荒天延期【予備日 10月6日(火)】

○競技方法

★種別は個人戦と団体戦。

※団体戦は、各地域上位5名の合計点で決定

★4ラウンド32ホールの合計で競う。

★同点の場合は、高齢者上位にします。

○表彰

1位~6位・とび賞・ホールインワン賞・

BB賞 ※全員に参加賞を準備します。

参加を希望される方は

9/18(金)までに三徳センターへお申込ください!

## スマホなんでも相談会のご案内

9/16(水) 10:00~11:30

場所: 三徳センター和室 参加費無料

★ドコモ以外のお客様でも無料で参加できます。

【内容① はじめてのスマートフォン】

★電源の入れ方や文字入力の方法など、基本的な操作方法をお伝えします。

【内容② スマホをあんしん・安全に使うために】

★詐欺被害などの犯罪に巻き込まれない為に、スマホを利用する上で気を付けた方が良い事をお伝えします。

8月の出来事と  
9月の行事予定

8月の出来事

2日 夏休み親子体験活動  
「ステンシルでTシャツ作り」



9月の行事予定

9日 みとくまつり実行委員会

10日 いきいき健康教室

13日 三徳山ウォーク【ふるまい】

13日 三徳センター草刈り

27日 みとくまつり『珍動会』

28日 ケア・トランポリン教室

【三徳地域協議会】事務局 深田美鈴

(三徳センター) 電話 43-1939 (FAX 兼)

Eメール: [mitokukyougikai@gmail.com](mailto:mitokukyougikai@gmail.com)

(月~金 9:00~16:00 勤務しています。)

【役場】: 【まちづくり推進課 交流拠点準備室】 33-4519

# 第19回 みとくまつり

## みんなが笑う

# 珍動会

日時

令和8年9月27日 日 開会式 9:00～

場所

三徳センター体育館 (受付 8:30～9:00 ※抽選券配布)

### プログラム

- ①開会行事 9:00～
- ②ストレッチ体操
- ③がんばれ綱引き (集落対抗) 【1位～3位に賞品】・・・男女各4名 計8名
- ④グラウンドゴルフ (集落対抗) 【1位～3位に賞品】・・・1集落に10コのボール
- ⑤飲食リレー (集落対抗) 【1位～3位に賞品】・・・5名
- ⑥三徳バイパス (集落対抗) 【1位～3位に賞品】・・・10名
- ⑦宝つり (オープン競技) (未就学児・60才以上)
- ⑧10時のおやつ (オープン競技) は10時頃に行います (小学生・中学生)
- ⑨おたのしみ抽選会 & ふるまい
- ⑩閉会行事 (13時終了予定)

各自が十分に飲み物を準備して来て下さい。

競技のあとには・・・

### おたのしみ抽選会で豪華賞品をゲット!!

8時半～9時の受付時に抽選券を配布します。それ以外の時間には配布しません。遅れないように!

抽選会と同時に・・・

### ふるまい

三徳シニアクラブのみなさんによる美味しいおにぎり  
と豚汁がふるまわれます。

おもいきり  
たのしもう!

ご家族そろっておでかけください【主催：三徳地域協議会 ☎43-1939】