

# KANEDA PAPER

木更津市金田地域交流センターきさてらす情報誌

March 2026  
Vol.80/ Take Free



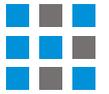
きさてらす  
木更津市金田地域交流センター



## Contents

- ・コミュニティカフェ
- ・金田地区の世帯・人口
- ・きさてらすイベントのお知らせ
- ・きさてらすカレンダー3月分

3月号



まちとの交流・ひととの交流・自然との交流

指定管理者 三幸株式会社南総支店



2月のハートのシュガーバターパン作りの様子

## コミュニティカフェ 3月 令和8年3月11日(水)



販売時間: 10:00~12:00



ふるさと学舎、パン販売  
販売時間: 10:50頃~12:00



八天堂クリームパン販売!  
販売時間: 10:00~

工房慈温、ジャム販売  
販売時間  
10:00~12:00



### みんなで椅子ヨガ体験会

体験時間  
10:05~10:25



座りながらヨガ!  
楽な姿勢で体を動かしてみませんか!



体験時間  
10:00~12:00



次回の4月のコミュニティカフェは…  
**2026年4月8日(水)です。**

※画像はイメージです。  
※商品には限りがございます。なくなり次第終了となります。  
※イベントや販売の時間は前後することがございます。

金田地区の  
世帯・人口

年月日	世帯数	人口	男性	女性
2月1日時点	3,814世帯	7,579人	3,839人	3,740人

木更津市人口 67,737世帯 136,685人 (男性:68,919人 女性:67,766人)2月1日時点  
作成: 金田出張所(住民基本台帳の人口に基づき作成)



# きさてらすイベント情報



「菊芋（きくいも）」は「イヌリン」という水溶性食物繊維がとても豊富。むくみを軽減し、腸内環境を整え、内側から肌の調子をよくしてくれる「整う野菜」です。フライド菊芋はポテトより軽く、ほんのり自然な甘さがクセになる美味しさです。

3月21日(土) 10:00~13:30 (当日受付時間9:40~)

会場 金田地域交流センター調理室

料金 1500円(一人) 先着16名

持ち物 エプロン、三角巾、ふきん、ハンカチ、お持ち帰り用タッパー

こんだて

- ・フライド菊芋
- ・定番菊芋のきんぴら
- ・菊芋と季節野菜和えなど

メニューは一例です。仕入れにより変更となる可能性がございます。

申し込み・お問い合わせ  
木更津市  
金田地域交流センター  
☎: 0438-97-6292



3/28 (土) 会場: きさてらす 10時~13時30分 (受付9:40~)

参加者15名

身近な食材や調味料を使って簡単に作れる料理教室です。

料金: 1,500円 (1人)

持ち物: エプロン、三角巾、ふきん、ハンカチ、お持ち帰り用タッパー

今回のこんだて

- ・野菜のエビフライ
- ・和ベジのアワビ
- ・和ベジうな井

メニューは一例です。仕入れにより変更となる可能性がございます。

申し込み・お問い合わせ  
木更津市金田地域交流センター  
☎: 0438-97-6292

講師: 大井 雄一  
料理家/精進料理研究家/和ベジごはん主宰。15歳から料理の道へ。中華の鉄人「陳建一」氏に基礎を学び、「料理は愛情」を体現する料理人として経験を積む。現在は千葉・木更津を拠点に、野菜だけで名物料理を再現する「和ベジごはん」を提案。「誰もが作れるのに、とびきり美味しい」をテーマに、新しい野菜料理の世界を広げている。

きさてらすイベントについて詳しくは施設HPかチラシをご確認ください。

## きさてらす カレンダー

2026	3月	予約開始 市内: R8.9月 市外: R8.5月 営利: R8.6月	※予定は変更になる場合がございます。			
日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
01	02 休館日	03 18:30みんなでズンバ 19:30ストレッチ教室	04 18:30 ヨガ教室	05 10:00ストレッチ教室	06	07
08	09 休館日	10 18:30みんなでズンバ 19:30ストレッチ教室	11 18:30 ヨガ教室	12 10:00ストレッチ教室 9:30 フリー卓球	13	14
15	16 休館日	17 18:30みんなでズンバ 19:30ストレッチ教室	18 18:30 ヨガ教室	19 10:00ストレッチ教室	20	21 和ベジの料理教室 菊芋料理
22	23 休館日	24 18:30みんなでズンバ 19:30ストレッチ教室	25 18:30 ヨガ教室	26 10:00ストレッチ教室 9:30 フリー卓球	27	28 和ベジの料理教室 復刻料理
29	30 休館日	31	01	02	03	04