

# KANEDA PAPER

木更津市金田地域交流センターきさてらす情報誌

May 2026  
Vol.82/ Take Free



きさてらす  
木更津市金田地域交流センター



5月号



## 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5月分



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



いきいき健康ボイストレーニングの様子

## コミュニティカフェ 5月 令和8年5月13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



♪詩吟披露♪

予定時間: 10:05~10:30

素晴らしい詩吟を  
お届けしてくれます♪  
演者: 金田吟詠会 様



次回の6月のコミュニティカフェは…  
**2026年6月10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。

## 令和8年度 盤洲干潟クリーン作戦

5月17日(日)

開催日 **2026年5月17日(日)**

会場 **小櫃川河口干潟** (集合: 臨時駐車場)

時間 開会式 **10:00~10:15**

干潟の清掃 **10:45~11:45**

自然観察会 **12:30~13:30**

詳細は木更津市HPにてご確認ください



金田地区の  
世帯・人口

年月日	世帯数	人口	男性	女性
4月1日時点	3,898世帯	7,670人	3,867人	3,803人

木更津市人口 68,054世帯 136,669人 (男性:68,867人 女性:67,802人)4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

## 親子料理教室

簡単ウマイ男飯  
父の日スペシャル

お父さんと一緒に作る!

参加費 1組 3,500円  
先着5組

6/21日 会場: 金田地域交流センター  
開場: 10:00~13:00

身近な食材や調味料を使って、親子で簡単に作れる料理教室です。  
料理作りをマスターしてお母さんを喜ばせよう!  
作ったペッパーランチはお持ち帰りいただけます!

注: 食品をお持ち帰りいただいた後の保存・管理および安全に関しては、主催者は責任を負いません。  
各自の責任において適切にお取り扱いください。

対象: 小学3年生~高校生とその父親  
持ち物: エプロン、マスク、三角巾、保冷剤、保冷バック  
お持ち帰り用タッパー、手拭きタオル、飲み物

講師 大倉 麻美  
病院・福祉施設での調理や企業向け食事指導の経験を活かし、「無理なく続けられる食習慣づくり」をテーマに活動。現在は木更津を中心に、小学生から通える初心者向け料理教室を開催している。

お問い合わせ・お申込みはこちら  
TEL 0438-97-6292 (きさてらす)  
共催: ヘルスサポートライン ● 金田地域交流センター

毎週 火曜日

楽しくダンスdeエクササイズ!

### ZUMBA—ズンバ—

1回500円  
時間 18:30~19:15

ダンス経験がなくても音楽に合わせてできるエクササイズ!

毎週 火曜日 & 木曜日

心も身体もスッキリ!

### ストレッチ教室

1回700円  
時間 19:30~20:30(火曜)  
10:00~11:00(木曜)

最近なんだか疲れやすい...  
うまくリフレッシュできない...  
そんなあなたにおススメ!

令和8年6月より!

火曜日のズンバとストレッチ  
当日に両方参加で合わせて...  
**1,000円!**  
とお得になります!

5月ストレッチ教室  
無料体験会実施!

令和8年5月の火曜日は  
ストレッチ教室体験会を開催!  
最近行ってないなという方や  
ちょっと試してみたい方など!  
またとない機会になっております!  
参加は無料!! お気軽ご参加ください!

開催日時 19:30~20:30(火曜)

毎週 水曜日

ココ、ゆるめる。カラダ、よろこぶ。

### ヨガ教室

1回800円  
時間 18:30~20:00

巡りを良くして、内側から輝く!  
ヨガで叶える、太りにくい体づくり!

お問合せ

木更津市金田地域交流センター  
[開館] 8:30[閉館] 21:30 [休館] 月曜日  
☎ 0438-97-6292  
千葉県木更津市金田東6-11-1

5/12(火)から受付開始! 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 5月 予約開始 市内: R8.11月 市外: R8.7月 営利: R8.8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
26	27 休館日	28	29 18:30 ヨガ教室	30 10:00ストレッチ教室	01 13:30 いきいき健康 ボイストレーニング	02
03 休館日	04 休館日	05 休館日	06 休館日	07 10:00ストレッチ教室 9:30 フリー卓球	08	09
10 親子でつくる 母の日タルト	11 休館日	12 18:30みんなでズンバ 19:30ストレッチ教室	13 18:30 ヨガ教室	14 10:00ストレッチ教室	15 13:30 いきいき健康 ボイストレーニング	16
17 盤洲干潟クリーン 作戦	18 休館日	19 18:30みんなでズンバ 19:30ストレッチ教室	20 18:30 ヨガ教室	21 10:00ストレッチ教室 9:30 フリー卓球	22	23
24	25 休館日	26 18:30みんなでズンバ 19:30ストレッチ教室	27 18:30 ヨガ教室	28 10:00ストレッチ教室	29	30
31	01 休館日	02 18:30みんなでズンバ 19:30ストレッチ教室	03 18:30 ヨガ教室	04 10:00ストレッチ教室	05 13:30 いきいき健康 ボイストレーニング	06