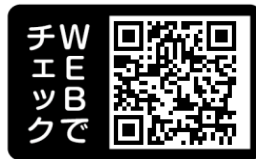




たかつき だよし

2023
令和5年
10

高槻市民センター
〒805-0024 八幡東区中畑2丁目5-2
【FAX】093-653-2688 【mail】tt-sf@ktqc03.net
☎ 093-653-2677



●高槻健康塾

「ニュースポーツにトライ part13」①

令和5年度後期高槻健康塾ニュースポーツ（全10回）が始まりました。初回の9月15日は、以前からリクエストが大変多かった「囲碁ボール」にトライしました。結果は兎も角、久しぶりの囲碁ボールに、参加者は、大満足されたようでした。

高槻市民センターでは、今年6年目を迎えた「高槻健康塾」で、健康づくりのため、ニュースポーツに取り組んでいます。半期ごとの募集では、いつも定員を超える申込みがあり、地域の方達がさまざまなニュースポーツを楽しんでいます。

ニュースポーツの秋

高槻まちづくり協議会 ニュースポーツ大会開催

- ・日時 10月14日（土）
9～13時
- ・場所 高槻小学校体育館
（競技種目）
カローリング
ピンボウリング
ディスコン
町内対抗です！

ニュースポーツとは、

技術やルールが比較的簡単で
だれでも
どこでも
いつでも
容易に楽しめる
ことを目的に
新しく
考案された
スポーツです



第23回 文化祭「たかつき」

- ・日時 令和5年11月11日（土）・12日（日）
- ・会場 高槻市民センター

■リサイクルバザー用品大募集（クラブ協出店）
未使用・または未使用に近いものがありましたら
センターまでご提供お願いします。

募集期間：10月2日～10月31日

お知らせ

文化祭「たかつき」では
地域のみなさまの作品を
募集しています
スペースに限りがありますが
センターにご相談のうえ
どうぞお持ちください
お待ちしております

生涯学習市民講座

みんなで聞いて楽しく学ぶ
～これからの排泄ケア～

〈日 時〉 10月20日(金)
13時30分～14時30分

〈講 師〉 ユニ・チャーム(株)
ライフリーケアアドバイザー
関口 智子 氏

〈定 員〉 25名



高倉式コンポスト フォローアップ講座

作ったコンポストは元気ですか?
アドバイザーにチェックしてもらいましょう

〈日 時〉 10月26日(木) 13時30分
〈講 師〉 北九州コンポストアドバイザー

高槻家庭教育学級を開催します

1回目・子どもとの向き合い方(講演会)

〈日 時〉 10月18日(水) 10時
〈講 師〉 福岡教育大学 教授 生田 淳一 氏
〈場 所〉 レインボープラザ71会議室

2回目・思いやりの心をもとう(お話し)

〈日 時〉 10月21日(土) 10時
〈講 師〉 高槻学童保育運営委員長 芳野 充 氏

3回目・親子で作る 郷土料理「かしわめし」

〈日 時〉 10月21日(土) 10時30分
〈講 師〉 高槻市民センター館長 河野 千穂子
〈定 員〉 親子8組(16名)
〈参加費〉 300円

※4回目は12月の開催です

高槻小学校保護者の
みなさまには、お知らせを配付しております。
ご参加よろしくお願ひします。



親子サロン

毎月第1～4金曜日 10～12時
多目的ホール

- ・ 6日 中畑公園へおさんぽ
- ・ 13日 自由広場
- ・ 20日 自由広場
健康育児相談
歯科衛生士
- ・ 27日 一緒にハロウィン



10月の健康育児相談は
センターで開催します。
※事前予約は不要です。



子どもウキウキクラブ

川の教室

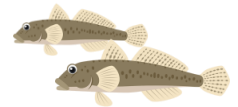
10月7日(土)

10時～12時

(持ってきてね)

川ではく靴(サンダル不可)、タオル
帰りの着替え、帽子、水筒

※詳しくはお手紙をみてね



子ども卓球

10月11日(水)・25日(水)

15時30分～17時

(持ってきてね) 上靴・水筒



●ふれあい昼食会

10月のふれあい昼食会は
10月18日(水)です。
中尾3・中畑の65歳以上の
対象となる方です。

ご希望の方は
お住まいの
町内会長に
お尋ねください。



●健康ウォーク

10月12日(木) 10時

10月の健康ウォークは
猪倉に行きます。

9月は残念ながら
雨でした。
一緒に歩きませんか



●古紙回収

10月15日(日) 午前11時までに
町内の古紙回収ステーションへ
お持ちください。

古紙回収

8月の回収重量 4,310キロ
1月からの累計 31,970キロ
ご協力ありがとうございます。



●生涯学習市民講座・人権市民講座 「映画上映会&昭和歌謡の裏話」

8月29日、「ウィニング・パス」映画上映会を開催しました。
北九州ロケ地、松山ケンイチ主演（2004年）で、事故により障害を負った青年が車いすバスケットとの出会いにより、自分を取り戻していく内容に、障害について考えさせられました。
北九州チャンピオンズカップの紹介やクイズもあり、車いすバスケットについても学びました。



口をついて思わず歌詞が・・・



9月11日
小倉南区役所コミュニティ支援課安永課長を講師に、懐かしい昭和歌謡を口ずさみながら、裏話を聞くことができました。
また、当時と現在の人権に対する考え方の違いが、はっきりと歌詞の内容にあらわれていることを学ぶこともできました。



「車いすバスケットが生まれた国は～？」

●健康推進月間「体力測定会」

9月21日
健康推進部会（部会長 和田晴海）が中心となって健康推進月間に取り組んでいます。
この日は、新しくタイムアップ&ゴーを加えた体力測定会を実施しました。
ペットボトルのキャップ開けられますか？



身体の固さを感じていませんか？
少しの運動もみんなと一緒だと継続できるもの。
火木土の朝、市民センターでラジオ体操もあります

●ふれあい昼食会

9月20日、山路1、大平、宮の町、猪倉の町内から20名が参加され、食進の健康料理をいただきました。
食事前には、リハビリトレーナー 坂田さんから、負荷をかけず、膝痛、腰痛、肩痛に効果的な体の動かし方を教わりました。



～ 9月のメニュー紹介 ～

赤飯、鮭ソテーのきのこソース、豆乳みそ汁
とうがんの冷やしあんかけ、抹茶きんとん

●親子サロン 「救急救命」講習会

9月8日
北九州市消防局高見分署署員による「救急救命」の講習会を開催しました。
お母さんたちがAEDの使い方を体験実習しました。



●子どもウキウキクラブ



9月9日
センター周辺清掃を行いました。
小学生、地域の方、総勢21名で15.36キロのゴミを回収しました。
ご協力いただいた地域のみなさま、ありがとうございました。



●ニュースポーツ交流会（祝町・槻田・高槻）



9月19日（火）3つのまちづくり協議会主催で「ニュースポーツ交流会」開催しました。
昨年は、センター主催で祝町との交流会を開催しましたが、今年は、槻田も加わり、まち協事業として行われました。
今回は、槻田市民センターでニチレクボールで交流し、参加者は、初対面でも和気あいあい、且つ、真剣に楽しまれていました。

高槻保育園 地域交流会開催

9月13日(水)

高槻保育園で、地域交流会が開催されました。

園児たちは、買い物カートを押して先生手作りの野菜や魚、肉、花を買って、エコバッグに品物を入れてりっぱにお買い物をしました。



先生手作り?! すごい!

お知らせ

高槻小学校 スポーツの日

- ・日時 10月28日(土) 9時
- ・場所 高槻小学校運動場



おめでとうございます

年長者作品展 優秀賞を受賞

中村 廣子さん(大平町)の切り絵作品「信楽焼のためき」が優秀賞に選ばれました



八幡東区社協 半田会長から表彰状を授与される中村さん

～自分のまちをよくするしくみ～

「赤い羽根」共同募金が始まります!

10月1日から、全国一斉に共同募金運動が実施されます。自治会・町内会の協力により集まった募金は、地域の福祉活動の財源として役立てられます。

ご協力をどうぞよろしくお願いいたします。



令和5年10月から始まります

容器包装プラも製品プラも緑のプラスチック指定袋へ入れてごみステーションに出してください。



〈製品プラスチックとは〉

洗面器や歯ブラシなどプラスチック素材のもの ※センターに別冊保存版をご用意しています。数に限りがあります。

～ 編集後記 ～

空の様子や気候から、秋の気配が感じられるようになりました。彼岸花や、店頭に並ぶ栗や秋刀魚などの食からも秋を感じますよね。

ですが、その一方で、コロナ感染、インフルエンザの拡大が心配されています。先日、7回目のワクチン接種券が届きました。みなさん、気をつけましょう。



森 山

10月行事予定

1	日	中畑自治町会敬老会	ぼたるくん
2	月	初心者向けスマホ講座① エル部会、環境美化部会	
3	火	☆ ミレの会	
4	水	防犯部会	
5	木	☆ 生涯学習「多肉植物の魅力」 健康推進部会、青少年育成部会	
6	金	親子サロン、文化祭クラブ説明会 社会福祉部会	
7	土	子どもウキウキクラブ(川の教室) 里山の会	
8	日	山路自治区会敬老会	
9	月	中尾1丁目敬老会(旭ヶ丘会館)	
10	火	☆	
11	水	事務局会議、子ども卓球、民児協	
12	木	☆ 健康ウォーク	
13	金	親子サロン 高槻健康塾(ビーンボーリング)	
14	土	☆ 未来の種事業 ニュースポーツ大会	
15	日	古紙回収(午前中) 町内古紙回収ステーション	
16	月	初心者向けスマホ講座②	
17	火	☆	
18	水	家庭教育学級① ふれあい昼食会	
19	木	☆ 生涯学習「秋の寄せ植え」	
20	金	親子サロン(健康育児相談) 生涯学習「これからの排泄ケア」	
21	土	☆ 家庭教育学級(思いやりの心・郷土料理) 北九大部会	
22	日		
23	月	初心者向けスマホ講座③ 企画運営委員会	
24	火	☆ ニュースポーツ交流会(祝町・槻田・高槻)	
25	水	子ども卓球	
26	木	☆ コンポストフォローアップ講座	
27	金	親子サロン(ハロウィン) 高槻健康塾(トリコロキューブ)	
28	土	☆ 高槻小学校スポーツの日	
29	日		
30	月	初心者向けスマホ講座④	
31	火	☆	

☆ ラジオ体操 9:20～9:50

※行事予定は、変更・中止となる場合があります。