

北九州市立葛原市民センター
小倉南区葛原本町3丁目4-34
TEL 475-2185
FAX 475-2186

発行人：前田 純恵

二月の休館日
7日(日) 23日(祝)
11日(祝) 28日(日)
14日(日)
21日(日)



くずの花

やすらぎ

揮毫 林 茂

葛原市民センターホームページ <http://www.ktqc01.net/mina/khsf/>

2月の予定 ★行事予定は変更・中止になる場合があります

日	曜日	行 事	時 間
3	水	集団検診(予約制)	13:30~15:00
5	金	安全安心パトロール 1班・3班	15:30~16:30
6	土	わいわい市場葛原 中止	11:00~売切れ終了
10	水	市民講座(エコで素敵なかごバッグ2) 1回目	10:00~12:00
13	土	生き生き葛原っ子(親子で顔パン作り)	10:00~12:00
16	火	はつらつ会地域でGOGO健康づくり会	13:30~15:30
17	水	市民講座(エコで素敵なかごバッグ2) 2回目	10:00~12:00
		妊産婦乳幼児なんでも相談(予約制) ☎951-4125:詳細はHPをご覧ください。	10:00~11:30
19	金	安全安心パトロール 2班	15:00~16:00
		安全安心パトロール 4班	20:00~21:00
24	水	講座 気軽っちゃサロン葛原	10:00~12:00
		市民講座(エコで素敵なかごバッグ2) 3回目	10:00~12:00
		集団検診(予約制)	13:30~15:00
26	金	葛原子育て広場(ひなまつり)	10:00~12:00
27	土	ふれあい子ども隊(活動記録作成)	10:00~12:00

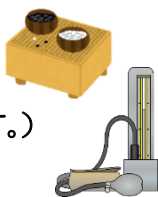
わいわい市場葛原
2月6日(土) は中止します。
次月開催予定 3月6日(土)
主催 まちづくり協議会

葛原市民センター閉館時間変更のお知らせ

葛原市民センターは、2月5日までは**20時**に閉館します。
(土曜日は、17時に閉館)
古紙・古着・紙パック・トレイの回収は、下記時間内での
ご利用をお願いします。
平日 9:00~19:30 土曜日 9:00~16:30
★皆様のご理解とご協力をお願いします。

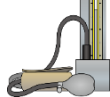
☆いこいの広場(葛原囲碁会)

毎週土曜日 今月：6日・13日・20日・27日



☆血圧測定とおしゃべりの会(どなたでも参加できます。)

毎週火曜日 今月：2日・9日・16日



気軽っちゃサロン葛原 参加者募集(参加費無料)

毎月第4水曜日 10:00~12:00 各回定員30名

2月24日 もっと、もったいないを習慣化しよう
講師 ESD協議会会員 金子 良憲 氏



3月24日 笑いは健康の万能薬
講師 北九州生涯学習講師 赤松 文雄 氏



新型コロナウイルス感染症に十分配慮して開催します。

お申込み・お問合せ：葛原市民センター ☎ 475-2185



心と体を元気にする薬膳茶

気軽っちゃサロン葛原 12月23日

国際薬膳調理師フードコーディネーターの北村真知子氏をお招きし、薬膳茶について学びました。薬膳茶とは薬膳の考え方をベースにしており、使用するものは、生薬・茶葉・野菜・花果実などです。普段の生活に少し意識して取り入れることで、体内バランスの乱れを整え、免疫力を高める作用があります。参加者の方からは、「体が温まりました。」「ぜひ家でも試してみたいです。」等の声が聞かれ、大変好評でした。

リースで華やかな空間に



センターの壁にリースが飾ってあるのをご存じですか。これは、センターのクラブ「リフレッシュ」の講師木村恵子先生の手作りで、季節に合わせて掛け替えてくださっています。

センター内が素敵なリースで明るく彩られています。お近くにお越しの際は、ぜひお立ち寄りください。

木村先生、いつもありがとうございます。

~ひまわり文庫の入れ替えがありました~

ボランティアルームの本棚にある図書(ひまわり文庫)は3か月に1度入れ替えがあります。

ひとり1回4冊まで借りることが出来ます。貸出期間は2週間です。芥川賞・直木賞の作品、児童書などもそろっています。



お気軽にお越しください♪

葛原元気はつらつ会 グラウンドゴルフ部会 令和3年度 会員募集

募集人数：何人でも可
年会費：1,000円
申込み：3月1日(月)より(締切り3月19日(金))
活動場所：葛原公園グラウンド
※毎週月曜日(午前)・水曜日(午前)・金曜日(午後)に活動しています。
お申込み・お問合せ 葛原市民センター TEL475-2185

