

# 令和6年度 クラブ紹介

## ～令和6年度のクラブが始まります～

入会を希望される方は見学にお越しください。  
急遽お休みされるクラブもありますので  
お越しになる前に市民センターにお問い合わせください。

横代市民センター TEL 962-1731

	分野	クラブ名	開催週	活動時間
月	午前	太極拳	横代太極拳	1.2.3.4 10:00～12:00
	午後	健康体操	横代健康クラブ	1.2.3.4 13:00～15:00
		自主学习	プリズム	2 13:00～15:00
火	午前	民踊	民踊ひまわり	1.2.3.4 10:00～12:00
		習字	習字クラブ	1.2.3 10:00～12:00
		自彊術	横代自彊術	1.2.3.4 10:00～12:00
	午後	卓球	YMK	1.2.3.4 13:00～15:00
	夜	こども卓球	MTC	1.2.3.4 18:30～20:30
	水	午前	習字	習字 剣立Ⅰ
フォークダンス			フォークダンス・グループ	1.2.3 10:00～12:00
午後		舞踊	みどり会	1.2.3.4 13:30～15:30
木	午前	水彩画	彩乃会	1.2.3.4 10:00～12:00
		ヨガ	ヨガクラブ	1.2.3.4 10:00～12:00
		卓球	卓球ひまわり	1.2.3.4 10:00～12:00
	午後	卓球	卓友クラブ	1.2.3.4 13:00～15:00
金	午前	料理	美味しんぼ	1.3 10:00～13:00
	午後	カラオケ	年長者カラオケ	1.2.3.4 13:00～15:00
		習字	習字 剣立Ⅱ	1.2.3.4 13:00～15:00
		卓球	木伏会	2.4 13:00～15:00
	夜	断酒会	小倉断酒新生会	1.2.3.4 18:30～20:30
土	午前	卓球	レモン	1.2.3.4 10:00～12:00
		ヨガ	女性ヨガ	1.2.3.4 10:00～12:00
	午後	卓球	健卓会	2.3.4.5 13:00～15:00
		園芸	小倉菊花協会	1 13:00～15:00
		フラダンス	アロハ・ママ	1.2.3.4 13:30～15:30

横代校区ふれあいネットワーク協議会

3月15日(金)

## 3月度「連絡調整会議」

福祉協力員・民生委員・児童委員等関係者・小倉南区社会福祉協議会の方、合わせて52名の参加で「連絡調整会議」を実施しました。令和6年から10年までの5か年計画「横代校区元気プラン」に基づきコロナ禍前の活動に戻すべく「みんなが安心して暮らせる支え合いのまちづくり」を基本理念に「基本目標①～③」の確認を致しました。



## 4月行事予定表

9	火	狂犬病予防接種
12	金	乳幼児相談なんでも相談/プチとまと
13	土	健康づくり委員会主催「メタセの杜ウオーキング」
17	水	横代つながるサロン「免許返納について学ぼう」 まちづくり協議会総会
24	水	市民講座「オカリナ体験講座」

健康づくり委員会共催 生涯学習市民講座 2月29日(木)

## いつまでも若々しく! 老化を防いで身体の中から健康に

明治安田生命の山地 希代子氏をお迎えして老化防止講座を開催いたしました。老化を遅らせる為の生活習慣の見直し、食事の摂り方を学び、ベジチェックという機械を使って推定野菜摂取量を測りました。計測後受講者の皆さんは測定値を見比べ合っていて楽しんでいました。



## ★妊産婦・乳幼児なんでも相談★

日時: 4月12日(金) 10:15～11:30

場所: 横代市民センター2階 多目的ホール

持参品: 母子健康手帳・バスタオル(計測で使用)

当日は保健師による  
計測・相談のみです。

受付時間: 10:15～11:15

★予約不要です。

受付時間内にお越しください。

※令和6年度より受付時間、開催時間が変更になりました。

子育て  
サポーターが  
います

予約不要  
お気軽に  
お越しください

フキとまと

日時: 4月12日(金) 10:30～12:00

場所: 横代市民センター2階 和室

未就学児の親子を対象に和室を開放しています。

遊び場や保護者同士の交流の場としてお気軽に

遊びに来てください。職員作のかわいい台紙に専用

スタンプで手型、足型をとる事ができます。

成長の記録にいかがですか?



おめでとうございます!

- ★ 令和5年度北九州市環境首都検定に
- ★ 横代校区の三浦広子さんが合格されました。
- ★ 北九州市の環境の取り組みや地球環境問題について、優秀な成績を収められました。



～市民ホールが春らしく賑やかに～

3月の市民ホールでは、地域の方のお庭で咲いたお花や手作りの竹とんぼ、折り紙、同好会の皆さんの水彩画・油絵が飾られ、来館者の方が楽しめました。

いつも綺麗なお花や作品をありがとうございます。

