おいまつ便り

令和６年　5月　１日　第509号

老松市民センター

〒801-0865
北九州市門司区庄司町4番16号
☎ 332-0889　FAX332-0070
ｅメール　om-cc@ktqc02.net
発行責任者：小田喜美子
休　館　日：日･祝祭日
開 館 時 間: 平　日9時～21時
土曜日9時～17時

ホームページ
こちらへ

5/1（水）

老松まちづくり連合協議会共催

ほのぼのさろん

10:30～12:00　（健康相談：10:00～）

今月は 介護予防講座

『フレイル・認知症予防』

【講　師】
北九州市認知症支援･介護予防センター
健康運動指導士　**清水　登志子**　氏

フレイル予防や認知症予防に対するポイントなどのお話や簡単な運動を行います。

★フレイルとは・・・
健康と要介護の中間的な状態のことです。

※昼食を食べられる場合は
食事代400円が必要です（前日までにご連絡ください）

5/11（土）

にこにこ老松健康づくり事業主催

五目お手玉大会

場所：老松市民センター（多目的ホール）

10:00～12:00（受付9：30～）
【募集人数】各校区（門司・庄司）２０名程
お申し込みは老松市民センターまでご連絡ください☆
申込締切　5/7（火）午前中まで

五目お手玉とは？
10個のお手玉を25マスのシートに投げて
先に五目を作ったチームが勝ちとなる☆
どなたでも楽しめる競技です！
まずはチャレンジ！！

クラブ会員募集中！

新しく **筆ペンクラブ** ができました

楽しくはじめてみませんか？
毎月第2・4週目の木曜日　13：00～14：00

★興味のある方は老松市民センターまでお問合せください

主催：庄司まちづくり協議会

2024年 門司みなと祭り「総おどり」

【総おどり開催日】　令和6年5月25日（土）
◎時間　18時30分～19時40分　　◎場所　栄町銀天街
◎どなたでも参加自由です　（申込必須）
申込締切　５月１０日（金）

【練習日】　場　所　：庄司公民館
１回目　5月１０日（金）１９時～２０時
２回目　5月１７日（金）１９時～２０時

【申込・問合せ先】庄司公民館　TEL　093-321-0597

◆年に一度は健診を受けましょう！◆
にこにこ老松

5/15（水）

おしゃべりひろば

10:00～12:00
～子育て中のアレコレをお話ししましょう～
親子で遊びに来てね♪

門司図書館より 125

☆オススメの1冊☆

『どんなにきみがすきだかあててごらん』
アニタ・ジェラーム/文
小川仁夫/訳

今月は「ともだち」の絵本から、
『どんなにきみがすきだかあててごらん』をご紹介します。
いつも一緒のチビウサギとデカウサギ。チビウサギがデカウサギの耳につかまってベッドに行く途中、あることを聞きます。
「どんなに、きみがすきだかあててごらん」「そんなこと、わからないよ」とデカウサギ。「こんなにさ」とチビウサギがうでをおもいっきりのばすと、デカウサギは「でもぼくは、こーんなにだよ」とチビウサギよりずっと長くうでをのばします。
どんなに体を目いっぱいつかっても“すき”をデカウサギに越されるチビウサギ。彼が考えついたデカウサギよりも大きな“すき”とはなんでしょう？とっても幸せな比べあいのお話です。

5/22（水）

乳幼児なんでも相談

保健師が相談に応じています☆
（ご予約不要）

10:30～11:30

5月の行事

1日	（水）	ほのぼのさろん
11日	（土）	五目お手玉大会
14日	（火）	にこにこ老松定例会
15日	（水）	おしゃべりひろば　（予約なしでOK）
22日	（水）	乳幼児なんでも相談

【各内容変更の可能性あります】　詳しくは市民センターまで☆　☎332-0889