



千代市民センター センタ〜だより 5月号

令和元年5月1日 276号
〒807-1112 八幡西区千代二丁目27-1
TEL: 611-6405 FAX: 611-6409
E-mail: cy-cc@ktqc02.net
URL: http://www.ktqc01.net/nisi/cycc/
発行責任者 古庄 弘



千代あそびの広場

5月から年間登録制のクラブ『千代あそびの広場』が始まります。昨年度大好評だったスポーツチャンバラ他、いろいろな遊び・体験盛りだくさん!

中学生のボランティアも随時募集中♪小学生のお手伝いや見守りをお願いしています。



日時	講座内容
5月11日	オリエンテーリング
6月15日	たのしい工作
7月13日	畑キャンプ場で遊ぼう
9月14日	スポーツチャンバラ
11月16日	地域巡りウォーキング
12月14日	クリスマス会
1月11日	身近な自然の生きものたち
2月15日	スポーツチャンバラ

活動時間
第2または第3土曜日
10時～12時
場 所
千代市民センター
対 象
千代小学校児童



北九州市フラワーコーディネーター河村英子先生の人気の講座「花あそび」
あなたもぜひ参加してみませんか?

第2回 Lesson 2

リースハンギング

日 時: 6月15日(土) 10時～12時
参加費: 3,000円 (容器はご持参下さい)
申込み先: 千代市民センター (611-6405)
華やかで可愛いリースハンギングです。

お願いします!

6月29日(土)に毎年恒例の『そうめん流し』を開催します。

毎年100名以上の参加がある大変人気の催し物で、とても盛り上がります。

ご家庭で眠っているそうめんがありましたら譲って頂けないでしょうか。昨年も地域の方々からの寄付で大変助かりました。楽しみにしている方々のためにもぜひご協力をお願いいたします。

受付は千代市民センターに6月24日まで



ひよっこクラブ

育児サークルひよっこクラブは、就園前のお子さんとそのお母さんの親睦・リフレッシュなどを目的とした自主サークルです。
育児の悩みや日頃のストレスを解消しませんか?

活動時間: 金曜日(第3週を除く) 10時30分～12時
活動費: 1,000円/年
対 象: 0歳～就園前まで
申し込み: 千代市民センター 来館またはお電話で

書倫会

クラブ生募集!

- 講習日 毎週金曜日 19時～21時
- 対象者 小・中・高校生及び大人
- 内容 学校帰りや仕事帰りにピットタリの書道クラブです。見学もできますよ。
- 問合せ先 千代市民センター

初心者大歓迎

ほのぼのルーム

子育て中の皆さん、妊婦さん、ご自分やお子様の健康・育児について悩んだり、誰かに話を聞いてもらいたいと思うことはありませんか? 保健師さんによるお子様の伸長・体重測定、育児相談をしています。お気軽にお立ち寄りください♪



5月の行事予定 休館日: 1～6, 12, 19, 26日

日	時 間	行 事
8 (水)	10時～	花講座 / My Self Garden
10 (金)	10時～	健康料理
	10時半～	ひよっこクラブ～公園あそび(中間市役所河川敷)～
11 (土)	9時～	笑って健康～館外研修 グランドゴルフ大会～
	10時～	千代あそびの広場～オリエンテーリング～
17 (金)	12時～	ふれあい昼食交流会
18 (土)	10時～	花あそび～寄せ植え～
21 (火)	10時～	食文化の研究～カステラづくり～
	13時～	ココちよクラス～開講式～
22 (水)	10時～	花講座 / My Self Garden
24 (金)	10時～	ほのぼのルーム
	10時半～	ひよっこクラブ～春の運動会～
31 (金)	10時半～	ひよっこクラブ～誕生会(4,5,6月)～



四季の料理教室

魚アラカルト

四季の料理 魚アラカルトは「魚の捌き方」を学ぶ講座です。

第1回目は鯛、甲イカ、イサキなどの新鮮なお魚を前に包丁の扱い方や料理方法などを学び、皆で楽しく戴きました。

次回は9月17日(火)です。



ひよっこクラブ

ヤクルトの先生が、良いうんちと悪いうんちのお話をしてくれたよ！

バナナうんちが出るように栄養の良いごはんを食べて、元気もりもりで遊ぶよ！

お土産のヤクルト、美味しかった～♪



ふれあい昼食会

4月19日(金)は、市民センターで月曜日に活動している「千代タイチー」の皆さんの、体を使った楽しい歌や遊びのアトラクションでした。ホールは皆の笑い声で一杯になりました。

今年度も、栄養たっぷりの食事と演目で楽しい時間を過ごしたいと思います。

おひとりでお食事されている方、気軽にお電話下さい。



5月の献立

- ・ピースご飯
- ・酢の物
- ・草もち
- ・白身魚の黄金煮
- ・はるさめ汁



笑って健康

4月9日(火)開講式・健康体操&活脳体操

今年は「100歳まで元気に生きる」をテーマに中川紀文先生の指導の下、無理せず・楽しく・元気に、をモットーに体操などを行っていきます。今回は、つま先立ちや片足立ちのバランス体操、手の指先の活脳体操などをしました。

一年間の講座です。興味のある方は見学もご自由にどうぞお越しください。



花講座

4月10日(水)種から始める花づくりとして、オジギソウ、松葉ボタン、アベルモスクスなどたくさんの種まきをしました。種まきの方法として、セルまき、箱まき、ポットまき、直まきなどがあり、それぞれの良い点、悪い点を学びました。

また有機石灰、卵の殻や液肥、油かすなどを使った土壌改良について学びました。



クラブ活動 はじめませんか？



市民センターでは様々なクラブが活動しています。

パソコン、日舞、社交ダンス、絵画、書道、茶道、華道、編み物など、多くのクラブが自主的に運営し、一緒に学ぶ仲間を募集しています。興味のあるクラブがあれば一度見学に来てみませんか？



また、新しくクラブを立ち上げて登録することもできます。いつでも市民センターにご相談ください。

※活動内容・日時はセンターだより4月号またはホームページに載っています。

市民センターからのお知らせ

北九州市国民健康保険にご加入の「40～70歳」の皆様へ

特定健診

通院中の方も受けられます

を受けましょう

日時：6月26日(水)
13:30～15:00
場所：千代市民センター

受診の際は、お手元に届く
特定健診受診券
と
北九州市国民健康保険証
を必ずお持ちください



◆ 5月の地域行事

2826 2518 7

日(火) 日(土) 日(土) 日(土) 日(土)

千代ふれあいサロン

千代小学校運動会

千代ふれあいサロン

香月北サロンのまちづくり協議会総会

26日(日) 黒川ほたる祭り

古紙・小物金属・食品トレイ 牛乳パック等の回収をしています



小物金属を捨てる際は、事務所にお声掛けください

センターでは、古紙等の回収をしています。特に「古紙回収奨励金」はまちづくりの大事な財源になっておりますので、よろしくお願ひします。

小物金属の回収品目は北九州市のホームページをご覧になって確認してください。