



センターだより

青葉台
笑顔で
あそぶ
こんにちは

あ お ぼ



令和5年10月1日発行(第293号)

青葉地区まちづくり協議会
北九州市立青葉市民センター
若松区青葉台西1-14-1
TEL:(093)742-5331
FAX:(093)742-5332
発行責任者 館長 光安 季子
e-mail アドレス ao-sf@ktqc03.net
<http://www.ktqc01.net/waka/aosf>

青葉市民センター

検索

「みんなでハロウィン」開催します!!

日時:10月28日(土) 13:00 ~

場所:青葉市民センター

青葉台中央公園グラウンド

当日は「夢の展示」・「ゲーム」・「フотスポット」・
「サイエンスショー」・「ハロウィン製作※要予約」
などを計画しています。

子どもたち・保護者・地域の方々と交流し楽しい
時間を過ごしましょう。

詳しくは後日チラシにてお知らせします。

第15回 青葉文化祭

11月11日(土)・12日(日)

クラブ員の皆さんの活動の様子や内容を地域の
皆さんに見ていただき、一層の励みにしてい
きたいと思います。皆さん見に来てください!!

展示作品募集

自分の作品を展示して、たくさんの人に見て
もらいませんか?

バザー・出店募集

～乳幼児の親子対象～

妊産婦・乳幼児なんでも相談&ハロウィン撮影会

10月6日(金) 10:00~11:30 (受付は11:00まで)

※母子手帳とバスタオルをご持参ください

★乳幼児相談の日にハロウィンの

写真スポットを設置します!

ご自由にどうぞ♪申込は必要ありません★



青葉塾

ニュースポーツ『ペタンク』を楽しみましょう

10月19日(木) 10:00~12:00

(定員) 30名

(申込方法) ただ今受付中です!

来館またはお電話にてお申し込みください

※動きやすい服装で参加してください



たくさん友達つくる会

『収穫を体験しよう』

10月20日(金) 10:00~12:00

(場所) 青葉台西一丁目公園ふれあい菜園

(定員) 乳幼児親子 10組

(申込方法) 10月6日(金)から来館またはお電話にて
お申し込みください

※汚れてもよい服装で参加してください。

※飲み物・タオル・軍手を持参してください。



午後の映画のひととき

『シェーン』

10月12日(木) 13:00~15:00

(定員) 50名

★来館またはお電話にてお申し込みください。

主催:青葉市民センター／青葉地区まちづくり協議会



チャレンジ!! 男の講座

『パンと蜜蝋ラップ作り』

11月7日(火) 10:30~13:00

(定員) 男性16名

(材料費) 500円(材料費は当日徴収します)

(申込方法) 10月2日(月)から来館またはお電話にて
お申し込みください

※エプロン、三角巾、ハンドタオル、お飲み物の持参を
お願いします



フレイキッズ・青葉

『科学で遊ぼう』

10月28日(土) 13:00~15:00

★みんなでハロウィンのイベントの中で北九州市科学館
スペース LABO の中島正継先生によるサイエンスショー
をおこないます。お楽しみに(♡▽♡)/

♠ 開館時間 9:00~22:00 (平日)

9:00~17:00 (土曜) ♠

10月の行事予定

5日	木	社協「昔なつかし歌声サロン」
6日	金	妊産婦・乳幼児なんでも相談&ハロウィン撮影会 初心者向けスマホ講座①（事前予約）
7日	土	青葉地区まちづくり協議会定例会
10日	火	社協出前サロン「楽器する人この指とまれ!」
12日	木	あおば映画鑑賞会「シェーン」
13日	金	乳がん健診(事前予約) 初心者向けスマホ講座②（事前予約）
14日	土	ジョギング教室 健康フェスタ
17日	火	ふれあい昼食交流会
19日	木	青葉塾 「ニュースポーツ“ペタンク”を楽しみましょう」 ～乳幼児の親子対象～たくさん友達つくる会 「収穫を体験しよう」
20日	金	初心者向けスマホ講座③（事前予約）
21日	土	クラブ協議会文化祭会議 月例ウォーキング
27日	金	初心者向けスマホ講座④（事前予約）
28日	土	みんなでハロウィン

クラブ協議会 文化祭説明会

10月21日(土) 10:00～12:00

今年度の文化祭は11月11日(土)・12日(日)の2日間おこないます。みなさまのご協力をお願いいたします。文化祭説明会では当日の流れや役割についての説明をします。



掲示板おたすけ隊

10月13日(金)・10月27日(金) 10:00～12:00

折り紙などを折って、センターの掲示板や館内を彩ります。一緒に活動してみませんか？

掲示板や館内が「秋」に彩られました。ぜひご覧ください”



体幹トレーニング 会員募集!

体幹トレーニングは、ヨガとピラティスのいいとこどり!ストレッチポールを使用して、体をほぐしたり伸ばしたり鍛えたり。体の正しい使い方を教わりながら、柔らかく体と心を手に入れて、健やか毎日を送りませんか？見学、大・大歓迎です!



8・9月の報告

たくさん友達つくる会「絵画あそび」 9/15
手作りスタンプでペタペタといろんな模様を押して遊びました。ペタリ!と上手に押せると、ニッコニコ笑顔のお友達。

いつの間にか…手形遊びにまで変身しながらの楽しいひとときでした!



資産形成(豊かな老後)のための勉強会 8/23
「今こそ、資産形成術を学ぼう」

①老後の2,000万円問題、②国の貯蓄から投資への推進等もあり今回、資産形成(豊かな老後)のための勉強会を企画しました。NISA、iDeCo、外貨運用について、明治安田生命(中原一樹氏)より説明がありました。同時に、血管年齢チェック、ベジタブルチェックの健康診断を実施しました。

青葉小学校家庭教育学級～つながろう学級～ 9/19
「給食試食会」

青葉小学校で給食試食会をおこないました。栄養教諭の四井加代子先生から給食について、栄養・量・工夫・心がけなどさまざまな面からお話を聞きました。食の大切さを学び、実際に給食をいただきました。心のこもった栄養満点の美味しい給食に、感謝の気持ちでいっぱいになりました。



青葉市民センター&地域情報が

LINEで受け取れます!!

1 北九州市のLINEアカウントを①または②の方法で友達登録!

- ① LINEアプリを開き、画面上部の検索欄に「北九州市」と入力。「公式アカウント」の検索結果から追加
- ② LINE内のQRコードリーダー画面、または、カメラアプリや二次元コードリーダーのアプリを開き、次の二次元コードを読み取る



2 北九州市LINEページの右下にある受信設定から必要事項を入力

※ 地域情報: 若松区を選択し、青葉市民センターにチェックを入れてください

3 回答→次のページで内容確認、送信。

【問い合わせ】北九州市広報室広報課(093-582-2236)



青葉地区まちづくり協議会だより



発行責任者：今村 史子
連絡先：090-2510-1876

◆保健福祉部会 健康づくり委員会◆



健康フェスタ

10月14日(土) 10:00～12:00
青葉市民センター 多目的ホール

① 健康講話(約30分)

【生活習慣病について】保健師：一番ヶ瀬 桜 氏
【塩分の話】食生活改善推進員・栄養士

② ストレッチ体操(約30分) (株)いきいき・理学療法士

③ 体力チェック・相談

★基礎項目：身長・握力・体組成計・

血管年齢チェック・ベジタブルチェックなど

★塩分チェック

★チャレンジコーナー(脚力発見アクション)

★健康相談、栄養相談

体組成計や血管年齢測定、ベジタブルチェックで自分の身体の今をチェックしてみませんか。保健師さんや栄養士さんの話を聞き、体操やストレッチで実際に体を動かして健康寿命をのばしましょう。

【定員】30名 事前予約制

※定員になり次第受付を終了します

【持参するもの】

タオル・飲み物・室内シューズ(裸足可)

※ご家庭の汁物の塩分チェックをご希望の方はご持参ください

(お玉一杯分、具は入れない)

【申込方法】青葉市民センターに来館または電話

☎ 742-5331

★ただいま受付中です★

◆地域育成部会◆

にこにこ駅伝 ジョギング教室



★スポーツの秋!みんなで楽しく走りましょう★

令和5年10月14日(土) 8:30～10:00

青葉台中央公園グラウンド

【講師】若林 哲平 氏(青葉台南在住)

※当日は水筒・タオルを持参してください。

ジョギングしやすい服装で参加してください。

【お問い合わせ】青葉市民センター742-5331

◆保健福祉部会 健康づくり委員会◆

月例ウォーキング



10月21日(土) 9:00青葉市民センター集合

9:20 出発

※小雨決行(雨天の中止決定は8時30分)

行き先：有毛方面「いもほり」約5.0km

10月のテーマ「収穫」

◆食生活改善推進員協議会◆

ふれあい昼食交流会



日時：10月17日(火) 11:30～

場所：青葉市民センター 多目的ホール

定員：20名

申込方法：青葉市民センターに来館または

お電話にてお申し込みください。

参加費：400円 ※当日徴収します。

◆青葉台地区社会福祉協議会◆

昔なつかし歌声サロン



日時：10月5日(木) 13:30～14:30

場所：青葉市民センター 多目的ホール

対象：どなたでも

※飲み物をご自身でご用意ください。

出前サロン 楽器する人この指とまれ

日時：10月10日(火) 13:30～14:30

場所：青葉市民センター 会議室

対象：65歳以上の方

※飲み物をご自身でご用意ください。



古紙回収状況

『8月分のリサイクルの回収は1,365kg』
みなさまのご協力ありがとうございます。

☆ごみの減量やリサイクルを推進するために、段ボール・古紙・古着・紙パック・小物金属・小型電子機器・充電式電池等の回収ボックスを設置しています。

段ボールはまとめ、古着(寝具、着物不可)は透明な袋に入れてください。

☆古紙・古着には、市からの奨励金が出ており、地域活動に使われています。

今後も、ご協力をお願いいたします。



回収時間 平 日9:00～21:30

土曜日9:00～16:30 (日・祝日休)

センター事務室にお声かけ下さい



シリーズまち協⑤

「魅力的なまちづくり PART2」

「青葉の未来を考える～5か年計画」2023R5ー2028R10

～住みたくなるまち、住み続けたくなるまち～

青葉台はニュータウンとしての移住型でスタートしました。住民同士のもともとのつながりはなかったものの、自治会を中心とした「運動会」や「青葉台フェスティバル」、「一斉清掃活動」「生活パトロール」などの取り組みを通して、またご近所や同じ活動グループでの「もちつき」や「焼肉」などで、絆を深めてきました。

これからは、この青葉台に生まれ、

青葉台で育った子どもたち、

またその子どもたちの3世代が暮らすまち、

「ふるさと青葉」のスタートです。



「青葉地区まちづくり協議会、青葉市民センター」が発足して26年目を迎え、青葉台自治会に加え、青葉台社協・民児協議会・青葉小学校・若松青葉幼稚園、他多数の団体の横のつながりが確立してきました。今住んでいる人たちが、「住んで良かった」と思えるまち。今から住むところを探している人たちが、「住みたい」と思えるまち。また、青葉地区で働く方々にとっても「居心地の良いまち」。青葉まち協は、そんなまちづくりを目指し、「青葉の未来を考える～5か年計画」をスタートしました。

1年目の今年は、毎月の定例会でアイデアを出し合い、来年の実践に向けて話し合いを進めています。「高齢者が気安く集える場所づくり」「子どもたちが楽しく利用できる場所づくり」「散歩の途中に癒される場所づくり」「コミュニティバスをはじめ、交通手段の充実」「気軽に利用できる飲食店」などなど溢れるアイデアの中から、これまでの活動に加え、できることから少しずつ実現していきたいと思っています。(つづく)

