



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8年7月1日発行(第326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



夏休み子ども講座のご案内



今年も夏休みの期間中、お友だちと楽しくおしゃべりしながら学べる講座を開催します。暑い夏を吹き飛ばすくらいの楽しい時間を作りましょう。たくさんのお友だちの参加待ってます。

※ 詳しくは小学校にチラシを配ります

『竹灯籠に絵を描こう!!』
日時: 7月30日(木)
時間: 10:00~12:00
定員: 50名
参加料: 50円(保険料)
申込み開始日: 7月1日



『五平太ばやしを体験しよう!』
日時: 7月22日(水)
時間: 10:00~12:00
定員: 20名(先着順)
参加料: 無料
申込み開始日: 7月1日



～生涯学習市民講座～

もう一度見たい映画

【シャレード】

日時: 7月9日(木)13:30~15:30
会場: 青葉市民センター 多目的ホール
申込方法: 来館またはお電話にてお申込み下さい



7月講座のご案内

～小学生対象～

フレイキッズ・青葉

【そうめん流しと平和学習】

日時: 7月25日(土)10:45~12:00頃
会場: 青葉市民センター



※ 詳しくは小学校にチラシを配ります

主催: まちづくり協議会・青葉市民センター

～乳幼児の親子対象～

たくさん友達つくる会

【ミニうんどう会】

日時: 7月17日(金)10:00~12:00
会場: 青葉市民センター 多目的ホール
定員: 20組
申込方法: 7/1日(水曜日)から
来館またはお電話にてお申込み下さい



妊産婦・乳幼児なんでも相談

次回青葉市民センターでの
実施は 8月7日(金)です



～65歳以上～

青葉塾

【豊かな老後のために
知っておきたいお金のはなし】

日時: 7月16日(木)10:00~12:00
会場: 青葉市民センター 多目的ホール
定員: 50名
申込方法: 来館またはお電話にてお申込み下さい



開館時間 900~21:00(平日) 9:00~17:00(土曜)

7月の行事予定

2日	木	社協『昔なつかし歌声サロン』 社協 家庭のための医療講座
4日	土	青葉地区まちづくり協議会定例会 青葉ふれあい夏まつり代表者会議
9日	木	もう一度見たい映画『シャレード』
11日	土	社協 介護ドキュメンタリー映画上映会 みんなで防災 避難訓練
14日	火	社協『楽器する人この指とまれ!』
16日	木	青葉塾『豊かな老後のために 知っておきたいお金のはなし』
17日	金	たくさん友達つくる会『ミニうんどう会』
18日	土	月例ウォーキング『夏井ヶ浜・はまゆう公園』 クラブ代表者会議
21日	火	青葉災害対策会議 ふれあい昼食交流会 乳がん検診(事前予約制)
22日	水	夏休み子ども講座『五平太ばやしを体験しよう!』
23日	木	保健福祉部会 ニュースポーツ『モルック』
25日	土	そうめん流しと平和学習
30日	木	夏休み子ども講座『竹灯籠に絵を描こう!!』

家庭教育講座

6/2(火)

「ホタルをみつけよう」

北九州ビオトープネットワーク研究会の田代氏をお招きし、環境保全、ホタルの生態などについて勉強しました。後半は現地に行ってホタル見学。先ほどまで降っていた雨も止み、ピカピカ光るホタルの群れにみんな大喜び。ホタルを通じて環境保全の大切さを共有しました



たくさん友達つくる会

6/19(金)

「七夕飾りを作ろう」

6月のたく友は、赤ちゃんが多かったのでお母さんが七夕制作をしました。お家に飾れる可愛い織姫さまと彦星さまができました。子サポさんによるペープサートのお話もあり、お母さん方も「こんなゆっくりした時間があっていいのかなあ」と言われるくらいゆったりした時間になりました。



● 掲示板おたすけ隊 ●

みんなで楽しく折り紙などで季節の作品を作って青葉市民センターの掲示板を飾ってます。見に来てくださいね。

7月8日・22日(水)10:00~12:00

みなさんも一緒に活動してみませんか？



どなたでも大歓迎です。❤️

5.6月の報告

プレイキッズ・青葉

5/23(土)

「開級式&「ふくし」ってなんだろう？」

今年度最初の講座は「ふくし」について勉強しました。なんとなく取っつきにくいテーマでしたが多くのお子さまに参加いただきました。市社協さんが用意した、すごろくゲームでみんな楽しく勉強、「道がわからない外国人とどう接する?」「足腰のわるいおばあちゃんが困ってるよ」、みんな一生懸命どうしようか考えました。最後に参加賞にももらったプチボシールに大喜び!「ふくし」が身近になった一日でした。



青葉塾

6/18(木)

「これからの暮らしに備えること
～もし介護が必要になったら?～」

新庄整形外科医院/北岡大輝氏を講師にお招きし、もしも“介護”が必要になったら?そんな「不安」を「安心」に変えるために大切なことを学びました。①相談先や制度を知る②運動や食事に気を付け、地域とのつながりを持ち続ける③自分の望む医療やケアなど、自分の意思を伝えておく。とても分かりやすく、皆さん熱心に聞かれていました。大変有意義な講座となりました。





まち協だより

発行責任者
青葉地区まちづくり協議会
会長 今村 史子
連絡先: 090-2510-1876

「ソーメン流しと平和学習開催！」

- 🍅 開催日時: 7月25日(土) 10:45集合
11:00~12:00頃
- 🍅 開催場所: 青葉市民センター及び玄関横(テント内)
- 🍅 対象者: 小学生及びその保護者(保護者の皆様にはお手伝いをお願いいたします。)
- 🍅 参加費: 無料
- 🍅 定員: 60名
- 🌱 申し込み方法: 青葉市民センターへお問い合わせください。



今年もたくさんの
参加がありそうです。
そうめんのご寄付をお願いします。



◆保健福祉部会◆

月例ウォーキング

日時: 7月18日(土)
9:00 青葉市民センター集合
9:20 出発(小雨決行)
行き先: 夏井ヶ浜・はまゆう公園(往復 5.5 km)
おしゃべりしながら楽しく健康づくりしませんか



NEW

ニュースポーツ『モルック』やってみよう♪

日時: 7月23日(木)10:00~11:30
会場: 青葉市民センター 多目的ホール
定員: 24名
持ち物: 体育館シューズ・タオル
(運動できる服装でお越しください)

◆食生活改善推進員協議会◆

ふれあい昼食交流会

日時: 7月21日(火) 11:30~
会場: 青葉市民センター多目的ホール
定員: 20名
参加費: 500円(当日徴収)
対象者: 概ね65才以上
申込み: 青葉市民センターに来館またはお電話にて



🍅 お問い合わせ: 青葉地区まちづくり協議会(青葉市民センター内) 093-742-5331 🍅

◆青葉台地区社会福祉協議会◆

昔なつかし歌声サロン

日時: 7月2日(木)13:30~14:30
会場: 青葉市民センター 多目的ホール
対象: どなたでも
※ お飲物をご持参ください



楽器する人この指とまれ!

日時: 7月14日(火)13:30~14:30
会場: 青葉市民センター 2階会議室
対象: 65歳以上



古紙回収状況

『5月分のリサイクルの回収940kg』
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、古着は透明な袋に入れてください。
古着回収が変更になりました。全ての衣類が OK になりました。

詳細はセンターにお尋ねください。

回収時間 平日 9:00~20:30
土曜日 9:00~16:30(日・祝日休み)
センター事務所にお声かけ下さい





第8回青葉ふれあい夏まつり



夏だ！まつりだ！盆踊り！行こか！

2026.8.22(土) 青葉台中央公園

青葉五平太ばやし、青葉台自治会子ども山車、盆踊り、飲食バザー、ゲームバザー、キッチンカー出店、思いをつなぐ短冊、福引他

盆踊りの練習日

楽しい企画満載で計画中心！！

7月1日(水)、8日(水)、15日(水)、22日(水)、29日(水) 8月5日(水)

時間：19:00～20:00

場所：青葉市民センター



♪曲目…九州の踊り 「青葉台音頭・いいっちゃええっちゃ北九州・
鹿児島おはら節・炭坑節・火の国太鼓・燃えろみんなの北九州」
今年の踊り 「マツケンサンバ！！」「好きすぎて滅！！」

ご協賛金を募集してます！

・一口 1000 円

・青葉市民センターで受け付けています。

・ご芳名は、会場に掲示させていただきます。

(事業所様におかれましては、
広告としてご利用ください。)

各種ボランティア募集してます。

(当日準備、片付け、場内警備、
翌日片付け)

詳しくは、青葉市民センターへお問い合わせください。



夏休みラジオ体操のお知らせ

早起きしてラジオ体操に行こう！

♪ それ！ 1 ・ 2 の 3 ♪

日 時： (前半) 7月21日(火)～8月7日(金)
(前半) 8月17日(月)～21日(金)

場 所： 青葉台中央公園グラウンド
7時～7時15分くらいまで

※ 土、日、雨天はお休みです



参加賞もあるよ 地域育成部会

古紙回収ありがとうキャンペーン

6月22日(月)から27日(土)に開催されました古紙回収キャンペーン！

たくさんの方々のご協力のおかげで倉庫がパンパンになるくらいたくさん集まりました。



ありがとう
ございました



健康だより

熱中症を防ごう！！



暑さ対策

- ☑ 日傘・帽子・涼しい服装
- ☑ 涼しいところで小まめに休息
- ☑ 熱中症警戒アラートなら外出しない
- ☑ エアコン設定は26～28℃
- ☑ 寝るときもエアコンを消さない
- ☑ 居間にも寝室にも温度計を置こう

室温はエアコンの設定
温度どおりにならない

水分補給や体づくり

- ☑ 一日2リットル分の水を飲む
- ☑ 汗をかいたら塩分も補給する
- ☑ 夏の食事はタンパク質多めに
- ☑ 汗をかかずにグッスリ眠ろう

汗をかいて眠ると
かなりの体力消耗

保健福祉部会 健康づくり推進員