

9月の行事予定表

1日(火)	妊産婦・乳幼児なんでも相談
2日(水)	深町校区まちづくり協議会 運営委員会
4日(金)	民生・児童委員 地区会
7日(月)	マームりんぐ 「癒しのアロマ体験！自分好みのスプレー作り」
10日(木)	ハツラツ教室 「いきいき体操②」
14日(月)	マームりんぐ 「エッグポマダー作り」
15日(火)	じぶん磨き「ふっくら焼き立て！手作りパン講座①」 フリースペース どんぐりひろば 「とことこアニマルを作ろう」
16日(水)	笑顔で健康【地域でGO!GO!健康づくり事業】
17日(木)	地域生ごみリサイクル講座「コンポスト作り①」
23日(水)	マームりんぐ 「バルーンアートを作ってみよう♪」
29日(火)	じぶん磨き 「ふっくら焼き立て！手作りパン講座②」



※行事予定は新型コロナウイルスの感染状況により、変更になることもあります。



令和2年度 健康マイレージ はじまりました！！

- ★応募内容等が大幅に変更になりましたのでご注意ください。
 - ★実施期間（健康づくり活動期間）
令和2年9月1日～令和3年1月31日
 - ★応募受付期間
令和2年11月2日～令和3年1月31日
 - ★応募方法（自己申告で10ポイント分を記入してください！！）
 - ①取り組み前後の身長・体重・BMIを計算・血圧測定・塩分チェックを実施
 - ②3つの取組目標（運動・栄養・お口の健康）を立て2カ月以上実践
 - ③各種健康診査を受診（受診日も忘れずに）
- <お問い合わせ>
北九州市社会福祉協議会 生活福祉課 TEL 873-1296



ファミリースポーツフェスタ in ぶかまち



毎年10月に行われている深町校区まちづくり協議会・青少年育成部会主催のグラウンドゴルフ大会は、新型コロナウイルス感染拡大防止のため、残念ながら**中止**とさせていただきます。また開催できる日を楽しみにしております。

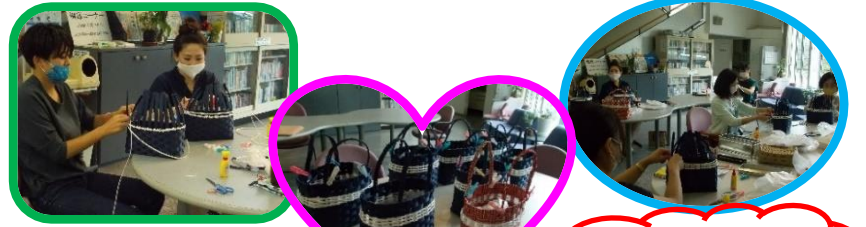


講座～活動報告～



§ マームりんぐ

7月8日・15日(火)『かごバッグを作ろう』
7月から新しい講座「マームりんぐ」が始まりました。ソーシャルディスタンスを取り入れながら、夏に使える素敵なかごバッグが出来上がりました。皆さん、使っていただいているでしょうか。9月からのマームりんぐも待ちしております♪



バッグを持って何処かに行きたいな

§ 妊産婦・乳幼児なんでも相談



8月3日(火)に妊産婦・乳幼児なんでも相談がありました。今月はフリースペースがお休みの中、7組の親子が参加しました。

お子様の体重測定・相談などがありましたら、次回は9月1日(火)10時から行いますのでお越しください。マスクの着用・計測時のバスタオルの持参をお願いします。



～クラブ紹介～

当センターでは多くのクラブが活動しています。興味を持たれた方はお気軽にお問合わせください。

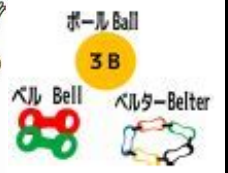
【ビューティフル3B体操】

活動日 毎週月曜日 19時～21時

活動内容 3B体操

3B体操とは、ボール・ベル・ベルターという3種類の用具を使ってダンスやストレッチをしています。

決してブス・ブタ・婆さんの3Bではありません(笑)
ストレス発散・肩こり・腰痛緩和・認知症予防・若さ保持で会員のみんなは長年辞めないで週1回を楽しみにしています。毎週月曜日19時から2時間汗をかいて楽しんでいます。会員募集しています！一緒にやってみませんか？



【サースモ深町】

活動日 第1・3木曜日 10時～12時

活動内容 パソコン

平成19年発足以来毎月2回和気あいあいとパソコンと向かい合っています。みなさん、頭の体操・指の体操とおもって楽しく気軽にやっています。パソコンを少しでも経験のある方、一緒にやってみませんか！



入会お待ちしております！！