<生き生き子ども講座>

リトミック

6/21(土)

リズムに合わせて楽しく身体を動かしました。
みんなで楽しく踊りました。

七夕飾りで彩ろう

7/5(土)

七夕祭りのビデオ鑑賞後、折り紙で飾りを作り短冊に願い事を書いて飾りました。
二島市民センターに飾っています。

二島フリースペース青りんご
～ 七夕工作 ～　7/2(水)

今月は、遊びに来てくれた６組の親子と七夕飾りをつくりました。
素敵な飾りができました。
乳幼児なんでも相談も開催しました。

8/6（水）の青りんごでは夏の遊び(プール)を行う予定です。
タオルや着替え等、必要な物のご準備をお願いいたします。

<生涯学習市民講座>

古典楽器の調べ

6/24(火)

講師に筑前琵琶の奏者山口旭江氏をお迎えして戦国時代のお話を聞き、哀しげなまた力強い琵琶の演奏を楽しみました。
最後は、尺八の川原乗山氏の演奏にあわせてみんなで合唱しました。

<保健福祉健康講座>

フレイル・認知症予防！

6/25(水)

講師に北九州市保健福祉局認知症支援・介護予防センターの宇野里香先生をお迎えして「フレイル予防」「認知症予防」についてのお話と手や足を使った簡単な運動をしました。
また、最後には各々の結果を基に問診を受け、いろいろなアドバイスをもらうことができました。
参加者２７名のみなさんは、自分のチェック結果に一喜一憂しながら、いろいろなアドバイスを受けて満足そうにしていました。

【二島校区まちづくり協議会保健福祉推進部会(健康づくり事業)】

全館清掃のお知らせ

8月30日（土）全館清掃　のため、終日お部屋の利用はできません。ちっちゃい公園も利用できません。
クラブはお休みになります。
よろしくお願いします。

<保健福祉推進部会>

～ペタンク大会～

7/9(水)

昨年に続き４回目のペタンク大会を開催しました。
各自治会から１チーム３名編成で９チーム（２７名）のリーグ戦を戦いました。
白熱した戦いの中、皆さんで和気あいあいと楽しい時間を過ごしました。

８月のセンター行事予定

日　程	行　事　予　定
１日（金）	まちづくり協議会運営委員会議
６日（水）	フリースペース　青りんご　「夏のあそび」
１３日（水）	１７時　閉館
１４日（木）	１７時　閉館
１５日（金）	１７時　閉館
１８日（月）	生き生き子ども講座　＜夏休みの工作＞「万華鏡とお菓子作り！（夏のゼリー）」
２２日（金）	スマホ講座　＜第２回目＞
２７日（水）	生涯学習市民講座「相続と争族のはなし！」
３０日（土）	全館清掃(終日お部屋の利用ができません)

※毎週火・木曜日は、高齢者地域交流通称事業『こすもす』
※第２水曜日は、二島校区社会福祉協議会

食生活改善推進員養成教室　受講者募集！！

食生活改善推進員は、地域で「食」を通じた健康づくりを行っているボランティアです。教室を受講して、修了後、一緒に活動に参加してみませんか？

◆対象　食生活改善のボランティア活動ができる方
（※教室修了後、食生活改善推進員協議会への入会及び年会費が必要です）
◆日程　令和７年10月23日～令和８年３月５日
(月１回 木曜日 全６回)
９時30分～12時（調理実習がある回は13時まで）
※第２回は９時３０分～１５時３０分
◆会場　若松区役所　東棟４階　指導室２
※第２回は集合研修（小倉北区）で実施
◆内容　健康づくりや食生活に関する講話・調理実習等
◆募集　先着20名程度
◆申込み　９月17日(水)からお電話でどうぞ。
◆申込み・問合せ先
若松区役所保健福祉課
担当：管理栄養士(廣中･出畑)
電話：761-5327