

## 講座報告

春の講座

「初めての薬膳」

5月31日・6月7日・14日（金）

春の講座「初めての薬膳」は、初心者向けに薬膳料理を教えて頂き、好評裏に終了しました。受講生の皆さんから、食から健康になる「食養生」をもっと学びたい！という探求心が高じ、薬膳クラブを発足することになりました。今回の講座で、健康づくりに欠かせない食生活を見直し、自分の体質を知るよい機会になりました。



かぼちゃと十穀米の粥・免疫力アップホタテの薬膳スープ・山芋ときくらげの炒め物など

講師：  
北村真知子氏

大人の自遊大学② 6/21(金)

「あなたの大事な人が認知症？  
あなたならどうする」

NPO法人「老いを支える北九州家族の会」

「大人の自遊大学」2回目は、将来誰にでも起こりうる「認知症」についてお話して頂きました。認知症と診断されるまでの段階的行動・心理状況のお話や日々の生き方・考え方が重要であり、努めて日頃の運動・食事・睡眠・社会参加の実践者になることなどの説明がありました。そして自分や自分の大切な人にとって将来「認知症になっても大丈夫！障害があっても安心して行こう！」と豊かな生活が継続でき、明るい希望が持てる講座となりました。



講師：森山秀文氏



アイスブレイク  
笑いヨガ：井筒美穂氏

## 講座ご案内

地域の認知症予防活動実践者  
日本認知症予防学会副理事長による

## 健康講座

「認知症予防について」

講師 医療法人 ふらて会 西野病院  
院長・理事長 西野 憲史氏  
日時 7月23日（火）  
13時30分～15時  
受講料 無 料  
場所 梶田市民センター  
多目的ホール  
定員 先着40名  
申込方法 電話か来館で  
TEL 093-653-1185

主催：梶田まちづくり協議会  
健康福祉部会・健康推進委員の会



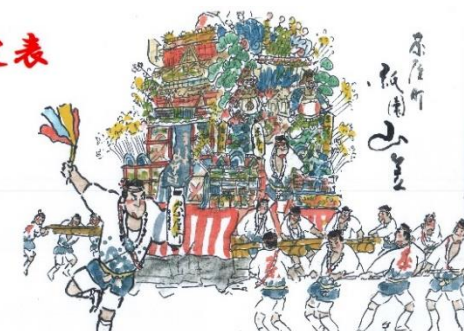
申し込み締め切り  
7月16日（火）まで

## 地域情報

令和6年度 第五十六回

茶屋町祇園山笠 祭事予定表

地域の祭りに関心のある方、  
手を貸していただける方  
皆さん、山笠巡行と一緒に盛り  
上げましょう！



7月23日（火曜日）

祭事開式 午後18時30分

山笠巡行 出発：午後19時～帰着：午後21時

茶屋町町内

7月24日（水曜日）

山笠巡行 出発：午後19時～帰着：午後21時

茶屋町⇒石坪町⇒竹下町⇒天彦神社

7月25日（木曜日）

山笠巡行 出発：午後19時～帰着：午後21時

茶屋町町内

## ラジオ体操

梶田市民センター

朝9時30分～  
休み 日・祝日

松尾町公園

朝6時30分～  
休み なし

宮の町公園

朝9時30分～  
休み 日・祝日

<雨天休み>

清田南公園

朝7時30分～  
休み 土・日・祝日

<雨天休み>

## 梶田地区の古代遺跡 ～シリーズ最終話～

「梶田川の古代遺跡」

八幡郷土史会 若曾根 謙

・現存する古墳「財満古墳」「八王子古墳」

財満氏宅の裏庭にある古墳で、墳丘は無くなり大きな天井石がむき出しとなっています。大きめの自然石を使用した横穴式石室で南側に羨道部があります。

この古墳から北東側にある県道工事の際に2から3基の古墳が発見されたとの話があり、古墳群を形成していたものと思われます。

この残された古墳の大岩から想像するに、この古墳を造るには古代では相当数の人間が必要であり、この地区にはそれだけの人々が住んでいたと考えられます。

板櫃川流域にある八王寺古墳群は古墳時代の終末期の7世紀中期～後半に造られたものです。

・松尾町古墳群 は円墳が3基ありましたが

何れも消失しています。内部構造は

横穴式石室墳で、管玉・碧玉・提部

（さげべ：提瓶とも書き液体を入れる壺・水筒）  
が出土したと云われています。



八王子古墳



お知らせ

9月20日（金）10時～12時

大人の自遊大学「梶田の歴史」

講師：郷土史家 若曾根 謙氏

《新しいクラブができました！》



「たのしい薬膳」

・毎月第1金曜日 調理室  
9時30分～12時30分  
講師：北村 真知子氏

「ナイトスマホ」

・毎月第3・4木曜日 2階B会議室  
18時30分～20時00分  
講師：妹川 修一氏  
：渡辺 善一氏

※見学申込み・お問合せは

梶田市民センター

TEL 093-653-1185



夏休みは

ラジオ体操に行こう！

各公園でスタンプカードを配布します