

## 【講座終了報告】

### 4月25日(土) スプリングコンサート

南小倉校区出身のKYOKOさんのピアノと歌のコンサート。

北九州市政45周年のふるさと応援ソングに採用された「Treasures」の曲は、ふるさと北九州を愛するKYOKOさんの想いが伝わり、北九州の良さを改めて実感できました。



### 5月9日(土)

#### アロマキャンドルをつくろう&冷熱実験 (子ども講座)

前半はアロマキャンドルを作りました。原料を選び紙コップへ入れてかき混ぜ、熱で溶かしたろうそくを入れブレンドし、芯をさして固めアロマキャンドルが完成!

後半は液体窒素を使った冷熱実験です。液体窒素を専用容器に入れたら-189°でした。造花や乾いたタオルを容器に入れても全く凍らないが生花のバラを入れると花びらの水分が瞬時にカチカチに凍り、粉々に砕けました。水分がないと液体窒素は反応しません。子ども達一人一人が冷熱実験を体験しました。



熱心に作業に取り組み貴重な体験となりました。

### 5月2日(土)

#### 人生100年時代の終活を考えるセミナー



行政書士の平山博登氏のお話で、人生の振り返りシートを作成しながら、

自分を振り返る良い機会になりました。相続についての質問が飛び交い、相続についての関心の高さが伺えました。

### 5月20日(水) 姿勢改善とセルフケア



理学療法士の古野唯氏よりまず初めに座骨で座る正しい座り方を学びました。

腰や肩の痛みは骨盤や胸椎から起因している事が多いので、根本的な箇所を治さないと痛みは続きます。

自分の弱い箇所を見つけてストレッチしてケアしましょう等の分かり易い説明で、アンケート結果でも大好評の講座でした。

## 6月のセンター行事予定

2日(火) 10:00~センター講座

「野菜を食べよう。」

9日(火) 11:30~ふれあい昼食交流会

10日(水) 10:30~パンダエンジェル&いちごひろば

15日(月) 10:30~センター講座

「スマホの詐欺対策」

20日(土) 10:00~子ども講座

「アニメ映画を見て人権について考えてみよう」

23日(火) 10:30~子育て相談 ※予約不要、受付は11:00迄

お問合せは小倉北区役所地域保健係 ☎582-4409

26日(金) 10:00~センター講座

「タオルを使ったのびのび体操」

### 資源回収にご協力お願いします

#### ●新聞・雑誌・段ボール類

段ボールはつぶして、外の専用庫へ

#### ●小物金属

なべ、やかん、フライパン、スプーン等  
外の専用庫へ



#### ●古着

家庭で不用になった古着全般。

レザー・ダウン・セーター等回収できない物  
があります

玄関左横フェンス内の緑色の袋に入れてください



#### ●廃油

集められた食用油は、「バイオマス燃料」として  
リサイクルされて飛行機の燃料等に利用  
されます。

玄関左横フェンス内の専用ボックスへ



### 高齢者地域交流支援通所事業 南小倉市民センター 「ののはな会」のスタッフを募集します!

在宅高齢者の健康や生きがいづくり、  
介護予防を目的とした北九州市の事業です。



資格：近隣にお住まいで、福祉に熱意・関心のある方

勤務：週1~2回(火・木曜日)

※9時から13時までの4時間が基本の勤務です。

(ローテーション勤務により、従事日数等に変更があります)

※月に1回のミーティングは13時から15時です。

勤務場所：南小倉市民センター

職務内容：高齢者地域交流支援通所事業の業務(講師の補助、レクリエーション等の企画・実施、簡単な経理・庶務事務など)

時給：1,057円(労災保険のみ)なお、75歳を定年として  
います。

募集人数：若干名 申し込み：令和8年6月16日(火)までに  
南小倉市民センターまで

履歴書(市販のもので可)をご持参ください。

選考試験：面接選考(後日連絡)

お問合せ：北九州市社会福祉協議会

生活支援部 生活福祉課 ☎873-1296



回収時間は、開館日の9:00~16:30まで

各講座のお申し込み・お問い合わせは 南小倉市民センター 来館または電話でどうぞ ☎(093) 592-5911