



ふれあいのまち

# きふね

笑顔あふれるまちづくりを目指して

北九州市立貴船市民センター

## センターだより

北九州市小倉北区白銀一丁目 5-8  
TEL 921-2606 FAX 921-2612



発行責任者  
貴船市民センター  
館長 小峯 浩幸

【開館時間】(通常)平日 9:00~21:00・土曜日 9:00~17:00

【休館日】日曜日・祝日・年末年始

### 10月 行事予定

- 1日(火) 子ども見守り運動
- 5日(土) 地域子ども講座(ランタン作り)
- 7日(月) りんごのほっぺ・子育て相談
- 9日(水) ステキな生き方教室
- 13日(日) 貴船校区「体育祭」
- 15日(火) 子ども見守り運動
- 17日(木) ふれあい昼食交流会
- 18日(金) 夜間安全パトロール
- 19日(土) きふねランタンフェスティバル
- 29日(火) 人権市民講座・文化祭全体会議・一斉清掃



### 令和6年度 貴船市民センター講座案内 (後期)

【受付開始 10月1日(火)】

講座名・日時・定員	内容
<b>きふね健康サロン ①</b> 10月9日(水) 10:30~12:00 定員:30名	血圧・体力測定・フレイルチェックで自身の健康状態を知り、健康維持について学びます。 講師：認知症支援・介護予防センター 担当講師
<b>ステキな生き方教室</b> <b>お薬の話</b> 11月21日(木) 10:30~11:30 定員:20名	薬に対する正しい知識や、お薬手帳の使い方などを学びます。 講師：薬局メディックス薬剤師 浅田 律子 氏
<b>きふね健康サロン ②</b> 12月4日(水) 10:30~12:00 定員:30名	①の結果をもとに、体の動かし方や健康維持について学びます。 講師：認知症支援・介護予防センター 担当講師
<b>健康料理教室</b> R7.1月16日(木) 10:30~13:00 定員:18名	食生活改善推進員と一緒に調理をして、健康料理について学びます。 講師：食生活改善推進員代表 木下 久美子 氏 ※エプロン・三角巾持参
<b>きふねセミナー</b> <b>おいしいコーヒーの淹れ方</b> 11月15日(金) 14:00~16:00 定員:10名	何気なく淹れるコーヒーも淹れ方次第でこんなにも違いが！ 講師：コーヒーインストラクター 牧野 徳広 氏 材料費：500円
<b>初春を彩るしめ縄飾り製作</b> 12月3日(火) 13:00~14:30 定員:15名	手作りのしめ縄でお正月を迎えましょう。 講師：フラワーコーディネート作家 軸丸 由美 氏 材料費：2,200円
<b>クラフトテープで作るお雛さま</b> R7.1月24日(金) 13:00~15:00 定員:10名	エコクラフトテープを使って雛飾りを作りましょう。 講師：クラフト作家 野中 清 氏 材料費：1,000円

### ふれあい昼食交流会

日時：9月19日(木) 12:00~  
場所：貴船市民センター 1階会議室



#### 9月のメニュー

- ・赤飯
- ・豚肉の梅しそ巻き
- ・なすの生姜じょうゆかけ
- ・月見汁
- ・抹茶ケーキ

季節にあった月見汁などいづれもあざやかな献立でした。食後に、栄養士の先生からバランスよく体重が減らないように食事をするようにお話がありました。

#### 次回は、-----

日時：10月17日(木) 12:00~  
場所：貴船市民センター 1階会議室  
参加費：400円(食事代)  
定員：登録制です。  
問合せ：貴船市民センター ☎921-2606



### 第44回 令和6年度

## ふれあい文化祭

会場：貴船市民センター  
日時：11月9日(土)  
開会式：9:30(市民センター駐車場)

- ・10:00 社交ダンス発表会・バザー販売開始
- ・11:00 演芸発表会(社交ダンス発表会終了後)
- ・演芸終了後「お楽しみ抽選会」



#### ※ ふれあい文化祭 作品募集のお知らせ

校区の方の作品を募集します。手芸・工芸・絵画・写真などの作品展示で文化祭に参加しませんか？

締切：10月19日(土)  
申込先問合せ：貴船市民センター ☎921-2606

### 令和6年度 第2回人権市民講座

#### 「今ここにいる人と、しっかり出会う」

日時：10月29日(火) 13:00~13:45  
会場：貴船市民センター 2階多目的ホール  
講師：貴船市民センター 館長 小峯 浩幸

同和問題をテーマとしたDVDを鑑賞し、差別とどう向き合っていくかを学びます。

今年度の文化祭に向けての全体会議と部門会議を下記の通り人権市民講座と一斉清掃日に合わせて開催することになりました。ご協力よろしくお願い致します。

- ① 人権市民講座 13:00~13:45
- ② 文化祭全体会議 13:45~14:00
- ③ 一斉清掃 14:00~15:00
- ④ 部門会議 15:00~

連絡先：貴船市民センター ☎921-2606

