

2月

泉台市民センターだより

第244号

2025年 2月 1日 発行

泉台市民センター
ホームページ北九州市立泉台市民センター
小倉北区真鶴1-5-15
☎ 571-3281
FAX 571-3277
E-mail sz-cc@ktqc02.net
発行責任者 服部 多恵子

【開館時間】月～金曜日 9時～21時 土曜 9時～17時 【休館日】日曜日・祝日・年末年始(12/29～1/3)

泉台校区地域でGO!GO!健康づくり事業

笑顔がキラキラ泉台

健康祭り

テーマ『糖』～糖を知って、健康な生活を～

日時：令和7年2月22日(土)
10:00～12:00 受付9:30～
会場：泉台市民センター子ども大人も
楽しめるよ！市民センターで
待ってます！

☆健康講演会 10:10～10:50

『糖尿病は生活習慣病～生活習慣の改善で健康生活を～』
講師：医療法人おおごう会 理事長 大郷勝三氏

☆口コモ予防体操 10:00～10:10

講師：おおごう会

☆お口の健康 10:50～12:00
ガムトレーニング

『今日からできる！おくちボカーン予防』

講師：九州歯科大学歯学部口腔保健学科助教 本田尚郁氏

☆測定コーナー 10:50～12:00

血管年齢・体組成測定・健康相談
※裸足で測定します

講師：小倉北区役所保健福祉課保健師・健康づくり推進員

☆健康にが絵 11:00～12:00

講師：おおごう会理学療法士

☆ニュースポーツ体験 11:00～12:00

ごもくお手玉

指導：若葉会

主催：泉台校区まちづくり協議会

みんなで遊ぼう！
泉台キッズ☆チャレンジフェスタ

日時：3月1日(土) 10:00～13:00 受付9:45～

場所：真鶴会館1階 中ホール
泉台市民センター(真鶴会館2階)
小倉北区真鶴1-5-15キッチンカー
が来るよ色々な体験を通して、地域の方々と交流しよう！
ブースを回ってスタンプを集めると、抽選会に参加できます。
当たりの景品は、マクドナルドやキッチンカーの商品券など。
右下のQRコードから事前申込をすると、お子様には抽選券を
もう1枚プレゼントします☆

さあ、みんなで泉台市民センターへ行こう！！

《ブースの紹介》

- ・ニュースポーツ体験『ごもくお手玉』
- ・ストラックアウト・トライけん玉
- ・ターゲットボード
- ・北九州市ふるさとかるた
- ・紙ヒコーキ飛距離マッチ
- ・交通安全教室『小倉北警察署交通安全クイズ』
- ・お菓子作り 他

《スケジュール》

- 9:45～ 受付開始
- 10:00～ 開会式
- 10:10～ スタンプラリー開始
- 11:30～ 抽選会
- 12:10～ 休憩(会場を開放します)
- 13:00 閉会

キッチンカー all 300円
(焼きそば・唐揚げ・ポテト)
うどん200円事前申込
QRコード

主催：泉台校区まちづくり協議会

令和7年度クラブ登録説明会&避難訓練

日時：2月15日(土) 14時～

場所：泉台市民センター 第1会議室

※説明会開始前に、避難訓練を行います。

- ・登録クラブの代表者は必ず出席をお願いします。
 - ・新規にクラブ登録を希望される方は、お問合せください。
- 【問合せ先】泉台市民センター ☎571-3281

ふれあい昼食交流会

2月12日(水) 12:00から

主催：小倉北区食生活改善推進員協議会 泉台支部



第49回小倉北区青少年育成大会

講演「あなたの原点は」

日時：2月8日(土) 14時～(1時間程度)

会場：生涯学習総合センター
(小倉北区大門一丁目6番43号)講師：自然学校 Blue Ship Wild Adventure
代表 永尾貴巳 氏お問合せ：小倉北区役所コミュニティ支援課
生涯学習係 ☎582-3322

泉台子育て相談・ラッコの会

10:00～11:30

2月11日(火) 祝日のためお休み

2月25日(火) おひなさまを作ろう

対象：妊婦および乳幼児(未就学児)とその保護者

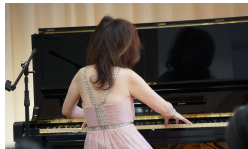


2月の行事予定

2月5日	水	生涯学習市民講座『糖尿病予防講座(3回目)』 10:00～12:00
2月8日	土	生涯学習市民講座・泉台小学校家庭教育講座合同開催 『味噌づくりで仲間づくり』 10:00～
2月12日	水	ふれあい昼食交流会 12:00～
2月15日	土	キラキラキッズ泉台『かぐめよし工作教室』 10:00～12:00 クラブ登録説明会・避難訓練 14:00～
2月21日	金	篠崎中学校区青少年育成協議会 19:00～
2月22日	土	健康まつり 10:00～
2月25日	火	ラッコの会『おひなさまを作ろう』 10:00～11:30
2月28日	金	生活安全パトロール 19:00～

※2月11日(火) 泉台子育て相談・ラッコの会は、祝日のためお休みです

人権市民講座 水上裕子 ～子ども達の夢を応援するコンサート～



1月25日(土)、ピアニストの水上裕子さんをお招きして、人権市民講座『子ども達の夢を応援するコンサート』を開催しました。第一部は、“先生と子ども達の奏でるピアノ”。今までピアノを触ったことがない子ども達に、先生が『魔法の言葉』をそっと耳打ちして演奏スタート。即興で弾いているとは思えない、とても素敵な曲が沢山で上がりました。ピアノ経験者の子ども達は素晴らしい演奏を披露して、先生や観客の方々から感嘆の声が上がっていました。また、先生から緊張した時にリラックスさせる方法や、夢をかなえる秘訣も伺いました。

第二部は、“水上先生のコンサートと講話”。世界が揺れ動く激動の時代に、ピアニストとしての夢をかなえ、様々な国を訪れた水上先生。その体験談とともに、クラシックやジプシー、ラテンなど多彩な曲を披露していただきました。音楽のすばらしさ、夢を諦めない事の大切さを学んだコンサートでした。



Hiroko Minakami Piano concert

生涯学習市民講座 糖尿病予防講座



1月22日(土)小倉第一病院の副院長であり、糖尿病専門医の藤本良士先生をお招きして糖尿病予防講座“第一回知識編”の講座が行われました。糖尿病のメカニズムをユーモアを交えながら丁寧に解説をしてくださいました。

参加された方からは、『糖尿病の話を通して健康に対する関心が高まりました』や『糖尿病は、生活の改善等で正常な生活も可能だと知りました』等の感想をいただきました。

正しい知識を身に付けることで、糖尿病の予防につなげていきたいですね。



ふれあい市場 主催：泉台校区社会福祉協議会 再開

12月21日(土)泉台団地内の集会所にて、ふれあい市場が4年ぶりに再開されました。楽しげな音楽と一緒にやって来たのは、スピナマートの移動スーパー「あっとスピナ」号。

野菜やお菓子はもちろん、新鮮なお寿司やお刺身もたくさんあり、地域の皆さんにとっても喜ばれていました。今後は毎月第1・3土曜日10:10～10:50にやってきます。商品のリクエストにもお答えいただけるそうです。

リクエストがある方は「あっとスピナ号」のドライバーさんへ。



ふれあい昼食交流会



メニュー

黒豆ごはん・白身魚の包み焼
白菜のツナごま和え
春菊団子・すまし汁

1月8日(水)のふれあい昼食会では食後に「笑顔広め太郎一座」の山下博氏に高齢者向けの紙芝居を披露してもらいました。昔の生活を題材にしたお話しやクイズ形式の参加型のものなど脳の活性化につながる楽しい時間でした。

キラキラキッズ泉台2024

1/11(土)リフレッシュヨガの白土愛先生をお迎えし、ヨガを教えてくださいました。ボランティアの大学生も一緒に、寒くなって固まった体をリラックスしながら色々な動物のポーズでほぐしました。その後、お正月ということもあり、お友だちの声を頼りに、動物福笑いをしました。できた顔を見て、みんなで大笑いし、年の初めの楽しいキラキラキッズでした。



動物福笑いは、東筑紫短大の学生さんが作ってくれました。

ラッコの会

12月24日(火)『英語でクリスマス』を開催しました。クリスマスの飾り付けをした部屋で、歌や絵本の読み聞かせを楽しみました。リトミックで体を動かしたあとは、子どもたちお待ちかねのプレゼント渡し♪たくさんの笑顔があふれる時間となりました。

どんど焼き 主催：泉台校区自治連合会

年明けの青空の元、金鶏公園でどんど焼きが行われました。空気は冷たかったのですが、太陽が出るとホッとする1月12日、日曜日の朝。到津八幡神社宮司があげる祝詞の後、集まった40人程で2礼2拍手1礼を行い、持ち寄ったお飾りなどに点火。風に煽られて、今年1年の無病息災の祈りを天高く舞い上げていました。

北九州市では、子育て・親育ちのための「北九州市子どもを育てる10か条」が制定されています。2月は第9条を紹介します。

教えよう平和といのちと助け合い
世界平和の話、地域のいのち、いっしょに考えよう。

2月・3月の古紙回収

◆各町内会は8時30分までに、町内古紙回収指定場所にお出ください。

◆泉台市民センターの古紙回収時間は、月～金曜日

9時30分～20時
土曜日は
9時30分～
16時30分です。

回収日	地域(町名)
第2金曜日 2/14・3/14	新町(1・2) 真鶴(東・西・南) 泉台1丁目(1-1・2・3) ひなたの街
第4金曜日 2/28・3/28	清水5丁目(泉ヶ丘)
第3金曜日 2/21・3/21	金鶏町(1・2・3) 泉台2丁目2-1・2 泉台3丁目(曙1・2・3) 泉町・茶屋ヶ丘北 泉台4丁目・泉台東