

2024年 7月 1日 発行  
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

泉台市民センター  
ホームページ



## 自分の気持ちを 言葉で表す 作文講座

～読書感想文の書き方を通して～

講師：石橋 真幸 先生  
(元小学校国語教諭)

日時：①令和6年7月23日(火)10時～  
保護者向けワンポイント講座9:45～  
②令和6年7月30日(火)10時～

※2回とも参加できる方限定

対象：小学校3～4年生

定員：先着10名

参加費：無料

持ってくる物：作文を書きたい本、筆記用具、水筒

申し込み：7/6(土)9時～ 電話にて受付



## デザイナーに学ぶ講座 予告

8/30(金) グラフィックデザイン講座

9/13(金) 空間デコレーション講座

詳細は8月号に掲載します。

## ふれあい昼食交流会

7月10日(水) 12:00～



## 7月の行事予定

|      |   |                                                            |
|------|---|------------------------------------------------------------|
| 7/4  | 木 | まちづくり協議会 定例会 19:00～                                        |
| 7/9  | 火 | 泉台子育て相談(身体測定) 10:00～11:30<br>母乳相談<br>ラッコの会「北九州市の子育て支援について」 |
| 7/10 | 水 | ふれあい昼食交流会 12:00～                                           |
| 7/18 | 木 | 篠崎中学校家庭教育学級 11:00～<br>「給食試食会」                              |
| 7/20 | 土 | キラキラキッズ泉台<br>「SDGs アートワークショップ」 10:00～                      |
| 7/23 | 火 | ラッコの会 10:00～11:30<br>「ベビーマッサージ」                            |
| 7/23 | 火 | 気持ちを言葉にする作文講座① 10:00～                                      |
| 7/26 | 金 | 生活安全パトロール 19:00～                                           |
| 7/30 | 火 | 気持ちを言葉にする作文講座② 10:00～                                      |

## 集団検診

令和6年8月29日(木)13:30～15:00

場所：泉台市民センター

①特定検診②若者検診③がん検診・肝炎検査

### ※事前予約制

申込方法

●予約期間 7月3日～8月15日

●電話(集団検診予約センター)

0570-783-077

●インターネット 北九州市 集団検診



## 人権市民講座

お申し込みは  
市民センターまで

7月27日(土) 10時～11時

北九州の戦争の歴史を次世代に

～長崎ゆかりの桜「嘉代子桜・親子桜」をテーマに～

## クラブ代表者会議

7月27日(土) 11時～12時

## 第41回文化祭説明会



泉台  
子育て相談

7月9日(火)

7月23日(火) ベビーマッサージ

★子育て相談は、7/9のみです。

★対象妊婦及び乳幼児(未就学児)とその保護者

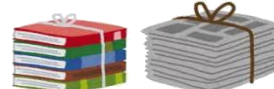


ラッコの会

北九州市の  
子育て支援について

## 7月・8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  
しください。  
◆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)                                    |
|---------------|-------------------------------------------|
| 7/12<br>第2金曜日 | 泉台1丁目(1-1・2・3)<br>真鶴(東・西・南)               |
| 8/9<br>第2金曜日  | 新町(1・2)<br>ひなたの街                          |
| 毎月<br>第4金曜日   | 清水5丁目(泉ヶ丘)                                |
| 7/19<br>第3金曜日 | 金鶏町(1・2・3)<br>泉台2丁目2-1・2<br>泉台3丁目(曙1・2・3) |
| 8/16<br>第3金曜日 | 泉町・茶屋ヶ丘北<br>泉台4丁目・泉台東                     |







## キラキラキッズ泉台2024



6月8日(土)、西部ガスの方を講師にお招きし冷熱実験とアイロンビーズ作りをしました。夢中でビーズを並べた後、地域のボランティアさんに見守られながらアイロンで固め、かわいい作品がたくさん出来上がりました。冷熱実験では、-19.6℃の世界を体験。バラを一瞬で凍らせてバラバラにしました。

どのデザインにする??  
何色が良いかな?



小さなビーズに  
集中してます!!



やけどに注意!  
しっかりくっつくかな?



ドキドキの液体窒素実験。  
バラがバラバラになったよ!



## 生涯学習 市民講座

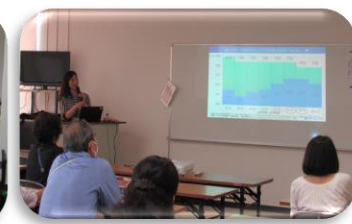
5月29日(水) やさしいヨガ

センターの人気講座『リフレッシュヨガ』の白土愛先生に、無理なく体をほぐすヨガを教えてくださいました。【長い息】は【長生き】につながっているそうです。日頃から呼吸を意識して、体や心の安定をはかりましょう!



6月6日(木) シニア世代の骨とカルシウム

雪印メグミルクより管理栄養士さんをお招きして、骨の健康とカルシウムの役割について学びました。意識してとっているつもりでも、自己チェックをしてみると意外と足りていないカルシウム。普段の食事で効率よく摂取できる方法などを教えてくださいました。



## 市民センター対抗

### 風船バレーボール交歓大会が 開催されました!

6月11日(火)  
若松体育館

風船バレーは車椅子または椅子に座った人を含む6人がチームとなり、全員が一度はボールにタッチして、10回以内に相手チームに返さなければなりません。

ボールは鈴2個が入った大きな風船! 我がバルーン泉台はチームワーク良くボールを回して最後は強烈なアタックで試合を進めて行きました! 5回の試合はどれも白熱し、2勝3敗で楽しく試合を終えました。

毎週水曜日10時から泉台市民センターで練習しています。一緒に楽しみませんか!



## ふれあい昼食交流会

6月12日(水)、ふれあい昼食交流会が開催されました。

今月は中華の献立で、栄養もボリュームも満点! 皆さん「美味しい!」と笑顔があふれていました。

食事の後は、歯科衛生士さんをお招きし、お口の健康についてお話ししていただきました。



### メニュー

- 牛肉とピーマンのオイスターソース炒め
- ひじきとにらのピリ辛サラダ
- 麦ごはん
- 小松菜の中華スープ
- ヨーグルトゼリー

## 泉台市民センター 職員紹介

《昼職員》 吉田芳香 (6月1日より)

職員募集に沢山のご協力を頂き有難うございました!



## 眠っているピアノ、ありませんか?

泉台市民センターではアップライトピアノを寄付して下さる方を探しています。今後、センターでの演奏会や講座等で有効活用させていただきます予定です。過去、定期的に調律・使用されていたピアノをお持ちの方がいらっしゃいましたら、是非センターまでご連絡下さい! (※運搬はセンターにて手配します)

期 限: 7月31日(水)

連絡先: 泉台市民センター ☎093-571-3281



## ラッコの会

第2・4火曜日  
10:00~11:30

### \* 離乳食のお話し \*

5月28日(火)、管理栄養士さんをお招きし『親子ですすめる食育教室』が行われました。乳幼児期のからだと食事についての講話の後は、離乳食作りの実演と試食がありました。ヘルスメイトさんのご協力を頂いて、簡単で美味しい離乳食が3品出来上がり、皆さん美味しそうに召し上がっていました。



### メニュー

シチュー・ごはんのおやき・豆腐バナナケーキ

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。7月は第二条をご紹介します。

家族にも「ありがとう」と「ごめんなさい」

親しい仲ほど、忘れがちな言葉。素直な気持ち、伝えよう。