



～ ずっと住みたい ふれ愛♥守恒 ～

もりつね



守恒校区 HP

令和7年7月1日発行 第312号
北九州市立守恒市民センター
北九州市小倉南区守恒2丁目8-36
Tel 963-1446
<https://www.ktqc01.net/mina/mtcc>
発行責任者 吉弘 清美

守恒校区をより住みやすい町にするために 町内会入って安心・安全・助け合い

守恒校区創設 50 周年記念

第23回 夏祭りもりつね

7月26日(土) 13:30~18:00

※予備日 7月27日(日) 13:30~18:00

会場 守恒市民センター

13:30~ 開会式

開会式終了後~ バザー開始(軽食、飲み物など)

14:00~ ゲストイベント

15:00~ もりつねステージ

※当日駐車場はありません。車・自転車での来館はご遠慮ください。

夏祭りもりつねの詳細については、後日配布されます「森津根通信」をご覧ください。

主催：守恒校区まちづくり協議会・自治連合会／運営：夏祭り実行委員会

古紙回収 受付停止のお知らせ

7月26日(土)は夏祭りもりつね開催の為、古紙回収は終日受付を停止いたします。ご協力をお願いいたします。

フードロス(食品ロス)削減ご協力のお願い

ご家庭に食べきれないままの食料・食材などがありましたら、ぜひ守恒市民センターにお持ちください(賞味期限内のもの)。ご協力いただいた品物は小倉南区社会福祉協議会を通じて、必要とされる方に配布させていただきます。

集める期間 7月1日(火)~7月15日(火)

集める場所 守恒市民センター(受付でお声がけください)

※品物によっては、受付をお断りする場合があります。ご了承ください。

もりつねサロン(ふれあい昼食交流会)

日時 7月16日(水) 11:45~
場所 守恒市民センター 講堂
対象 65歳以上のお一人または夫婦のみの世帯の方

定員 20名 (定員を超えた場合はおことわりする場合があります)

参加費 500円 (当日キャンセルの場合は代金をいただきますのでご了承ください)

※ 7月9日(水) 申し込み締め切りです (守恒校区まちづくり協議会)

夏の思い出を作ろう

子ども講座
もりつね Create 2025

夏のゼリーとアロマキャンドルを作ってみよう!

日時 7月23日(水) 10:00~12:00

場所 守恒市民センター 調理室

講師 西部ガス 渡辺有也奈氏

定員 12名(先着順)

参加費 450円(保険代含)

受付 7月7日(月)~

持ち物 エプロン・三角巾・手拭きタオル・飲み物

※ゼラチン・乳製品・大豆(カルピス)を使用します※



夏の風物詩 もりつねシネマ

大人講座
もりつね Shine out 2025

~涼しい室内で名作映画を楽しみませんか?~

日時 7月30日(水)

場所 守恒市民センター 講堂

定員 各回 30名

参加費 無料(ワンドリンク付き)

受付 7月7日(月)~

第1部 10:00~12:30

「そして父になる」(2013年 日本)

出演：リリー・フランキー、福山雅治 他

第2部 13:30~16:00

「美女と野獣」(2014年 フランス)

出演：レア・セドゥ、
ヴァンサン・カッセル 他

ピラティスに挑戦! 大人講座

もりつね Shine out 2025

インナーマッスルを鍛えて体幹を

強化し身体のバランスを整えることを目的としています

日時 8月8日(金) 13:30~15:30

場所 守恒市民センター 講堂

講師 ピラティス インストラクター

今谷 朋子 氏

定員 20名 参加費 50円(保険代)

持ち物 動きやすい服装、タオル、飲み物

申込みは
7月22日
(火)~



にこにこカフェ 2025 おかあさんの笑顔がいちばん

~おしゃべりカフェ Open~

日時 7月14日(月) 10:30~12:00

場所 守恒市民センター 2階 和室

定員 12組(先着順)

対象 子育て中のママさん(小・中・高生のお母さん方も大歓迎です)



フリースペースぽからっこ with 楽器いっぱい! おはなし会

7月28日(月) 10:45~12:00

受付 10:30~

守恒市民センター2階和室にて

定員 10組(要予約)

7月7日(月)より受付開始

(守恒校区子育てサポーター)

コケコッコー・ぴよちゃんクラブ 妊産婦・乳幼児なんでも相談

7月2日(水)

受付 10:15~11:15

守恒市民センター講堂

※次回は8月6日(水)

予約不要

お問い合わせは
小倉南区保健福祉課
地域保健係 ☎951-4125



守恒市民センターで開催する講座等のお申し込みは来館またはお電話にてお願いいたします。

守恒市民センター ☎963-1446 9:00~受付

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
		1 さげもんづくりの会 10:00～12:00	2 コケッココー びよちゃんクラブ 受付時間10:15～11:15	3	4	5
6	7 	8 夏祭りもりつね 実行委員会③ 19:30～	9 	10 	11	12 My Healthcare もりつね 10:00～
13	14 にこにこカフェ 10:30～12:00	15 さげもんづくりの会 10:00～12:00	16 もりつねサロン (ふれあい昼食交流会) 11:45～13:00	17	18 	19
20	21 海の日	22 	23 子ども講座 「アロマキャンドルと ゼリーを作ろう」 10:00～12:00	24 自治連合会定例会	25 My Healthcare もりつね 13:30～	26 第23回夏祭りもりつね 13:30～18:00
27 第23回夏祭りもりつね 予備日	28 フリースペース ぽからっこ 10:45～12:00	29 さげもんづくりの会 10:00～12:00	30 大人講座 「もりつねシネマ」 第一部10:00～ 第二部13:30～	31		

終活のすすめ

もりつね shine out2025
大人講座

～最期まで自分らしく～

5/29(木)北九州市社会福祉協議会の古島奈央子氏を迎えてエンディングノートの書き方や活用方法について学びました。終活について前向きになれる、とても分かりやすいお話でした。



古布と墨とアート もりつね shine out2025 大人講座

6/21(金)古布と墨とアート作家のはっ晃さんに教えてもらい、表装の裏張りを使った素敵な作品を作りました。細かい作業が多く皆さん真剣な表情で取り組んでいました。



〈夜間パトロール〉
徒歩  車両 

〈スマホカフェの日〉13:00～15:00
 スマホの事なら何でも相談受け付けます！

にこにこカフェ 6/9(月)

雨の降る中4組の親子が参加してくれました。ゆっくりおしゃべりを楽しんでいました。北九大生手作りのお土産もありましたよ



スポーツチャンバラ

子ども講座 もりつね Creare2025
5月31日(土)

スポーツチャンバラインストラクターの山口弘志さんをお迎えしてスポーツチャンバラ略してスポチャンに挑戦しました！はじめにサムライの約束事を確認し、礼儀作法を教わり、いざ対戦！チーム戦では各チームの団結力が試されました！講座の最後にはみんなたくましく礼儀正しいサムライになっていました！



七夕飾りを作ろう

子ども講座 もりつね Creare2025
6月21日(土)開催

生涯学習推進コーディネーターの刀根千玖沙さんと一緒に七夕飾りを作りました。小さな笹に折り紙で作った飾りと願い事をさげました。

“願い事が叶いますように…”



もろ忘れなく😊
朝ごはん、水分補給、十分な睡眠、おしゃべり
(よ)

なんと！人の筋肉は76%余りが水分でできています。汗をかき血管内の水分が失われても、筋肉に貯えられている水分が必要に応じて補充されます。
しかしながら、筋肉量が少ないと、補給される水分も少なくなり、脱水症状や熱中症を引き起こしやすくなるのです。
筋肉量を落とさないためには、タンパク質をしっかりとって適度な運動をすることが必要です。筋肉が落ちると様々な不具合もおこってきますよね！

梅雨の晴れ間 早くも熱中症の報道が…
「喉の渇きを覚える前に水分補給！」は周知されているのに「何故熱中症にかかる人が多いのだろう？」と不思議に思っていたところ、食の達人より教えをいただきました。

つづきやき



もりつねサロン (ふれあい 昼食交流会)

6/18(水)18名参加☆
今日のメニューは、枝豆と鶏ひき肉の焼きつくね、小松菜ともやしのごまあえ、ひじきとカニカマの和え物、オクラのスープ・麦ごはん、黒ごま寒天でした。食後は琴の演奏を聴いて穏やかなひとときを過ごしました。



フリースペース ぽからっこ with 楽器いっぱいおはなし会

5月26日(月)開催 親子5組参加



いろいろな楽器に興味津々です

My Healthcare もりつね

6月14日(土)開催



今回の My Healthcare もりつねは、館外研修へ！！センターに集合し、バスに乗り込み、さあ出発！目的地は福智町にある日王の湯。途中で道の駅いとだに寄ってお買い物。日王の湯では美味しい食事を楽しみました。皆でわいわい楽しく、特別な一日になりました。

館外研修に行ってきました！

第21回守恒校区 まちづくりスポーツ大会

6/15(日)守恒小体育館

守恒校区の各町内会役員・各部会・小中学校・市民センター等が参加して、トリコロキューブで熱戦を繰り広げました。優勝「青少年育成部会」準優勝「守恒東町内会」ブービー賞「守恒第一町内会」でした。皆様暑い中お疲れ様でした！

