

第2回 藤松ふれあいまつりのご案内

◆10月18日(土) 10:00~16:00 (藤松市民センター)

★クラブ等による発表(2F 多目的ホール)

- ◆藤松保育園 ◆さくらんぼの会 ◆ハラウ・オ・カパライリノ
- ◆さくら会 ◆誠クラブ+ふじの会(詩吟)
- ◆健美操(笑)(美)+操体法 ◆スポーツチャンバラ ◆ソフトストレッチ

★子ども・大人パーク(2F 多目的ホール)

- ◆ダーツ ◆キックボール ◆輪投げ など

★クラブによる展示(1F 市民ホール)

- ◆西国千年歴史の会 ◆火曜パソコンA
- ◆火曜パソコン2 ◆パソコンクラブたんばぽ ◆カウントフォー

★健康相談コーナー(1F 市民ホール) ◆血圧測定、フレイルチェックなど

★地域の方の作品展示(1F 会議室大)

★余剰品バザー(1F 和室大)

★食品バザー

- ◆カレー ◆赤飯 ◆ケーキ ◆飲み物 など

★抽選会 ◆景品は、新米・ビールなど

募集中!

余剰品バザーの品
新品・未使用の物
(食品をのぞく)

展示作品
事前にお申し込み
ください

- ※ プログラムは変更される場合があります。
- ※ 公共交通機関でお越しください。

皆さまのご来館、
心よりお待ちしております。

◆10月19日(日) 10:00~15:00

(藤松中央公園)

★バザー

★食品バザー

カレー・弁当・飲料水・

かき氷・お菓子など

★子ども遊び(くじ他)

★健康相談コーナー

・ベジチェック

(野菜は足りていますか?)

・血管年齢測定

・骨密度など

よりよく生きる3

生涯学習
市民講座

“新”そば講座~そば作りを体験しよう~

日時: 11月7日(金) 10:00~12:00

場所: 藤松市民センター 2F 調理室

講師: 料理研究家 岡本道和 氏

定員: 先着 10名

参加費: 1,000円 ※ 10月6日(月)より受付を開始いたします。
保険料: 54円 ※ 講座1週間前までに材料費・保険料のお支払いをお願いいたします。

お金の知恵
講座

「知っておきたいお金の話」

~これからの生活設計にかかせないお金の話~

日時: 11月14日(金) 10:30~12:00

場所: 藤松市民センター 1F 会議室(大)

講師: J-FLEC 講師 対象: シニア層(60代以上)

参加費: 無料 定員: 先着 15名

※ 10月6日(月)より受付を開始いたします。

妊産婦・乳幼児なんでも相談

日時: 10月1日(水) 10:30~11:30

場所: 藤松市民センター 1F 和室(大)

※ NINARU ふじまつ保育園の保育士さんと遊べます。

※ 母子手帳・バスタオルをお持ち下さい。

主催: 門司区保健福祉課(TEL 331-1888)

10/8(水)10:30~12:00 ★お好きな時間にどうぞ

★ 10月市民講座 参加者募集中 ★

日時	講座名	内容	講師名	参加費	定員
10月29日(水) 10:00~11:00 お土産あり	ヤクルト健康教室	腸・丈夫なカラダづくりを学ぼう	ヤクルト販売株式会社 江崎 なるみ 氏 寺崎 優希 氏	無料	各20名

各種講座のお申し込み・お問い合わせ(特に記載のないもの全て)は、
藤松市民センターへ TEL 391-6411

お知らせ

巡回行政相談

日時: 10月31日(金) 14:00~16:00

場所: 藤松市民センター

内容: 行政に関する相談 例) 道路・河川・年金・保険・福祉・環境・交通安全対策など…

申込方法: 当日、会場に直接お越しください

相談員: 行政相談委員 門司区役所 総務企画課・まちづくり整備課

※お問い合わせ先 門司区役所 総務企画課 093-331-0039

無料
・予約不要
・秘密厳守!

10月の行事予定

1	水	9:10~ 9:50 10:30~11:30 16:00~17:00	朝の健康体操 子育てほのぼのルーム・フリースペース わいわい市民センター
3	金	9:30~10:30 13:00~15:00 16:00~17:00	ピーチの会 スマホ相談室 わいわい市民センター
8	水	9:10~ 9:50 10:30~12:00	朝の健康体操 ふじっこ Baby ちゃんフリースペース
10	金	10:00~12:00	ゆうゆうサロン
14	火	10:45~12:00 11:30~13:00	健康相談 ふれあい昼食交流会
18	土	9:00~16:00	第2回 藤松ふれあいまつり (藤松市民センター)
19	日	10:00~15:00	第2回 藤松ふれあいまつり (藤松中央公園)
22	水	9:10~ 9:50 13:30~ 16:00~17:00	朝の健康体操 健康づくり委員会 わいわい市民センター
24	金	10:00~12:00 13:00~15:00 16:00~17:00	ゆうゆうサロン スマホ相談室 わいわい市民センター
29	水	9:10~ 9:50 10:00~11:00	ステップウェル 市民講座 「ヤクルト健康教室」

わいわい市民センター
 ~みんなでわいわい楽しく遊ぼう!~

日時: **10月1日(水)・3日(金)・22日(水)・24日(金)**
16:00~17:00(第1・4水曜日・金曜日)

場所: 藤松市民センター 対象: 小・中学生 高校生

お悩みスッキリ解決! **スマホ 相談室(予約不要)**

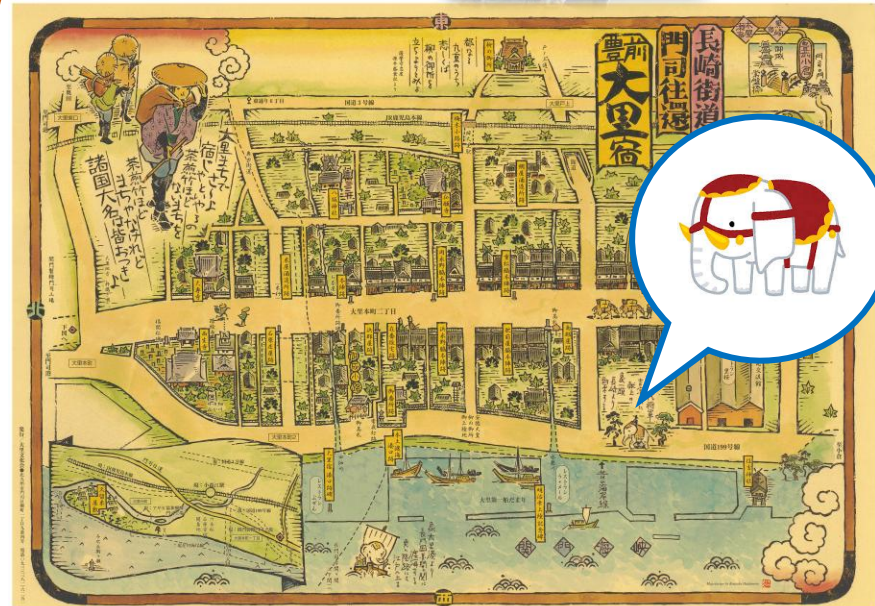
日時: **10月3日・24日(金) 13:00~15:00**

場所: 藤松市民センター 1F 市民ホール

参加費: 無料 ※1人につき15~20分程度

今月の講座レポート

8/22 (金) 歴史講座 大里宿



「大里宿」をテーマに歴史講座を開催しました。講師には大里文化会の垣松三千人氏をお招きしました。

「大里宿」は江戸時代に長崎街道の宿場町として栄えた場所で、九州の諸大名が参勤交代で利用しました。どのように「大里宿」が誕生したのか、歴史の中の役割など、独自の考察を交えて1時間を上回って語っていただきました。

江戸幕府八代将軍徳川吉宗に献上された白象が長崎街道から門司往還を歩いて江戸まで向かった話や、関門海峡の午前と午後で変わる潮流を利用して海運を行った話など、興味ある話は尽きません。

「大里宿」の存在を初めて知った方も多く、次回の講座開催を望む声が多数上がり、2回目の開催が決定しました。

参加者 23名

8/30 (土) 市民講座 ふじまつ寄席

【演目】
 小言念仏
 お菊の皿
 うなぎ
 (色物)南京玉すだれ

毎度おなじみ、
 ぎんなん落語の会の「ふじまつ寄席」!
 今年も笑いを届けにやって参りました。
 開演前から「今日は笑うぞ!」、
 「笑っていただきましょう!」と
 期待感是最高潮。

お菊の皿

「お菊の皿」は怪談話「番町皿屋敷」を基にした滑稽噺です。廃屋敷に現れる美しい幽霊お菊の噂が広まり、見物人の数が日ごとに増え、周りには屋台も出て、有料の見物席までできる始末。

毎夜お菊が現れて「一枚、二枚…」と皿を数え始めますが、「九枚」の声を聞くと狂い死にするとされているため、九枚になる前に皆逃げ出します。

ある夜、満員御礼の中、いつものようにお菊が皿を数え始めます。「七枚、八枚…」あまりの混雑に観客は逃げ出すことができません。ついにお菊の「九枚」の声。観客たちは恐怖に慄きますが、お菊はそのまま「十枚、十一枚…」と数え続け、最後に「十八枚… おしまい」??観客があっけにとられる中、お菊は「こう每晚やらされたんじゃたまらないやね。明日はお休み!」明日が休みだから二日分数えたとき。(笑)

笑いとともに幕を下ろし、
 寄席を満喫した講座?高座!でした。

参加者 33名

18枚

明日はお休み

9/5・12 (金) 市民講座 いつまでも住み慣れた藤松で

年齢を重ねても住み慣れた地域で安心して暮らしたい!そのために必要な「健康維持」「医療」「終活」の3つをキーワードに、市民講座を開催しました。講師には(公社)北九州市門司区医師会 社会福祉士 鶴智子氏をお迎えしました。

一番好評だったプログラムは2日目最後の「もしバナゲーム」です。「もし余命半年と宣告されたら、その時あなたが大切にしたいこと、あなたが願うことは何ですか?」それが書かれたカードを選んで、選んだ理由をお互いに語り合います。語り合う中で、自分が人生の最期に本当に大切にしたいことが見えてきます。支援員のお手伝いもあり、活発な意見交換の中、参加者のみなさんにはいろんな気づきがあったようです。

「人生の最期に大切なものは何ですか?」



介護・認知症関連の書籍コーナーを特設しています。どうぞご利用ください。

8/29 (金) 市民講座 スマホ相談会 特別企画

参加者 16名

スマホドクターDOOR'S 店 移動通信端末診断士 山部勝氏を講師に招いて、スマホのLINEを使った防災講座を開催しました。

災害はいつ起こるかわかりません。だからこそ、日頃からの備えが大切です。あなたのスマホが、命を守るツールになります。

北九州市LINE公式アカウントを友だち登録して

防災情報を取得しよう!



※詳しくは北九州市 HP
 「北九州市LINE公式アカウントのご紹介」をご覧ください。

災害時に自分の位置情報を身近な人に伝えよう!

LINEトーク画面で送信相手を選択
 →「+」アイコンをタップ
 →メニュー画面の「位置情報」を選択
 →表示された位置情報を送信

※別途設定が必要な場合があります。

ご不明な点は
 次回「スマホ相談室」
 にてお訊ねください。

夏休みラジオ体操

主催: 藤松健康づくり委員会

7月22日(火)から8月22日(金)まで(土日・祝祭日・お盆期間を除く)藤松中央公園で夏休みラジオ体操が実施されました。天候不良により2日お休みとなり、18日の実施となりました。

参加人数 (延べ)
 <今年度> 1,315名
 子ども 783名
 おとな 532名
 <昨年度> 1,242名
 子ども 720名
 おとな 522名
73名 アップ!!

開始時間を30分遅らせて7時としたことで、参加される方が増えたようです。

暑い中、子どももおとなも元気いっぱい体操をして、一日をスタートしました。最終日には参加賞が配られ、笑顔で終了しました。