



1

健康講座 輪っはっは 募集中

グラウンドゴルフ

ゲーム終了後ぜんざいの振る舞いがあります。

3月12日(日) 9:00 スタート

- ◆場 所: 東郷中学校グラウンド ◆参加費: 無料
- ◆受付: 8:45~ ◆持ち物: お茶、タオル
- ※雨天中止(中止の場合はセンターより連絡します。)

【共催】 大積校区社会福祉協議会・東郷市民センター
大積校区健康づくり委員会

スマホ活用相談会

3月3日(金) 10:00~16:00

お申込みの方は、お忘れないうちにお越しください。

乳幼児なんでも相談のお知らせ

3月7日(火) 10:30~11:30

※相談を受ける際には事前予約が必要です。

前日までに保健福祉課(331-1888)へ
お問い合わせください。



ご卒業おめでとうございます。

大積小学校 21名

東郷中学校 27名



3月の行事予定



- 1日(水) 大積平家おどり保存会
- 3日(金) スマホ活用相談会
- 7日(火) 乳幼児なんでも相談・親子サロン
- 8日(水) 保護司会
- 9日(木) 東郷中学校卒業式
- 10日(金) 民生委員児童委員地区会
- 12日(日) 輪っはっは「グラウンドゴルフ」
- 13日(月) 大積校区まちづくり協議会 役員会
あいさつ運動
- 14日(火) 親子サロン
- 16日(木) ふれあいネットワーク 役員会
大積小学校卒業式
- 22日(水) 大積校区まちづくり協議会 理事会
- 24日(金) 大積小学校、東郷中学校 修了式
夜間パトロール(予定)
- 25日(土) さくらウォーキング
- 28日(火) 親子サロン

さくらウォーキング

3月25日(土) 9:00 スタート

- ・健康コース: ノーフォーク広場まで(4.8 km 約1時間)
- ・健脚コース: ノーフォーク広場→→人道トンネル→→
唐戸市場手前 姉妹都市ひろばまで
(7.5 km約 1.5 時間)



- ◆集合場所: 東郷市民センター
- ◆受付: 8:45~ ◆参加費: 無料
- ◆持参品: 飲み物、タオル、マスク
歩きやすい服装でご参加ください。
- ◆申込締切: 3月18日まで
(飴とチョコレートを配ります。)
- ※雨天中止…前日までにご連絡します。

【共催】 大積校区健康づくり委員会・東郷市民センター

「参加者募集!! ケア・トランポリン教室」

健康づくりのため、ケア・トランポリンをきっかけに運動習慣
をつけませんか! 手すり付き、1人用なので安全にできます。
(※新型コロナウイルスの感染拡大の状況等によっては、延期・
中止となる場合があります。)

〈効果〉関節への負担なく、筋力・骨密度アップ! 脳の活性化!

★開催時期: 5月~9月

毎週 金曜日 10:00~11:30

★対象者: 18歳以上(めまいの症状がある方や
人工股関節の術後の方は参加できません)

★料金: 無料

★定員: 24名(申込者が定員を超えた場合は抽選)

★会場: 東郷市民センター 多目的ホール

★募集期間: 3月1日~15日まで(消印有効)

★申込方法: 往復はがき、もしくは電子申請

電子申請は
こちらから



<問い合わせ先>

一般社団法人日本ケア・トランポリン協会

TEL 093-511-6234

クラブ部員募集中



「筋力体操クラブ」

脚筋力や身体バランス能力、柔軟性などを
維持改善するため、無理なく楽しく活動して
います。是非一度見学に来てください。

毎週土曜日 12:30~14:30

「東郷囲碁クラブ」



部員募集中です。有段者歓迎!!
ご興味のある方は是非、見学に来てください。

毎週月曜日 12:30~16:30

お問い合わせは東郷市民センターまで。

季節を楽しむウォーキング

寒さが心配でしたが、晴天に恵まれウォーキング日和の中、白野江公園まで歩きました。公園内では、見ごろを迎えた冬牡丹や水仙などを観たり、野鳥を観察して過ごし、センターに戻ってからは、みんなで美味しいカレーを堪能しました。



親子でみそづくり・閉級式

地域コーディネーターの岡田はるゑ先生を講師にお迎えして、今年度も「みそづくり」の講座を行いました。潰して、混ぜて、丸めて、入れるという作業工程がわかりやすく、親子の交流を深めながら、とても楽しくみそ作りに挑むことができました。参加者からは、「大豆を潰すのが大変でした。」「丸めるのが楽しかった。」「早く食べたい。」などのお声をいただき、大好評でした。今年度も親子時間を楽しむ充実した内容の家庭教育学級が実施でき、にぎやかな閉級式を迎えることができました。家庭教育学級担当の委員の皆様1年間お疲れ様でした。



大積コミュニティバス運行開始!!



3月1日より、喜多久町内会対象に大積コミュニティバスの運行を開始！毎週水曜日、旧喜多久バス停前 10時出発！！(要予約) 《かっぱサミット 買い物支援部会》

保健師さんの話

乳幼児健診で成長や発達のチェックを!

乳幼児健診って何をするのですか?

乳幼児健診は赤ちゃんの成長の節目となる時期に健康状態をチェックし、発育や発達が順調かどうかを確認します。子育てで心配なことがあれば、その時に相談しましょう。

いつ頃、どこで行うのですか?

北九州市では、生後4か月・7か月・1歳6か月・3歳の時期に市内登録医療機関で行います。時期がきたら早めに受けましょう。(受診できる医療機関は母子健康手帳交付時にお配りした情報提供ハンドブックをご参照ください。)

*1歳6か月では歯科健診・フッ化物塗布・親子歯科健診、3歳では視聴覚健診・歯科健診・フッ化物塗布も行います。

費用はかかりますか?

期間内であれば、無料です。

*無料期間については各区役所の健康相談コーナーにお問い合わせください。



~東郷市民センターからのお願い~

いつも、資源ごみ回収にご協力頂きありがとうございます。古紙回収ボックスに**陶器、小物家電、双眼鏡、机の足、文房具等**、様々なゴミと一緒に捨てられていました。**分別**をしっかりとって適切な処理をお願い致します。



【知って安心。災害の備え】& 『閉校式』

年間を通しての学び舎「東郷キャンパス」もいよいよ最終回を迎えました。北九州市危機管理室防災企画係長 尾上 晋太郎氏をお迎えし、自然災害のメカニズムや避難する際のポイントを学び、防災意識の向上につながる講話をしていただきました。近年、北九州市でも自然災害が発生している為、受講者の皆さんにはサプライズで、避難訓練に参加していただきました。消火器の取り扱い等を体験し、過去の災害事例を元に日頃から出来ることを紹介してもらい、終盤では受講者同士のグループワークで様々な意見が飛び交い、大変有意義な学びの時間となりました。

講話の後は、東郷キャンパスの閉校式を行い、令和4年度の東郷キャンパスが終了しました。皆様お疲れ様でした。

令和5年度も開校しますので多くの参加をお待ちしております。



大積平家おどりと保存会

会員募集中

- ◆場所 : 東郷市民センター
- ◆日付 : 毎月第1 水曜日
- ◆時間 : 19:30~21:00
- ◆持ち物 : マスク、上履き、タオル
飲み物



古紙回収のお知らせ

たくさんのご協力ありがとうございました。

上半期 令和4年7月26日~12月15日

収集 3回

・新聞 500kg ・雑誌 900kg
・段ボール 290kg ・雑がみ 100kg

合計 1790kg