



千代市民センター センタ~だより 3月号

令和5年3月1日 322号
〒807-1112 八幡西区千代二丁目27-1
TEL: 611-6405 FAX: 611-6409
E-mail: cy-cc@ktqc02.net
URL: <http://www.ktqc01.net/nisi/cycc/>
発行責任者 古庄 弘一



令和5年度

笑って健康講座

笑いっぱい！元気いっぱい！
いつまでも、自分らしく元気に日々を送るためには健康づくりが欠かせません。

ゲーム感覚で楽しむニュースポーツやウォーキングで、あなたも楽しく笑いながら健康づくり&仲間づくりをしてみませんか。

参加を
お待ちしております！



月 日	時 間	内 容
4月11日(火)	13時～15時	開講式・ニュースポーツ(ベタンク)
5月 9日(火)	13時～15時	ニュースポーツ(ラダーゲッター)
6月13日(火)	13時～15時	ニュースポーツ(五目お手玉)
7月11日(火)	13時～15時	ニュースポーツ(トリコロキューブ)
8月 8日(火)	13時～15時	ニュースポーツ(バグゴ)
9月～	第2火曜日 13時～15時開催予定	

※9月以降の予定は決まり次第お伝えします。

※内容は変更する可能性があります。予めご了承下さい。

講 師	中川紀文 (北九州市健康づくり推進委員・体育指導員)
活動場所	千代市民センター 多目的ホール
募集人員	50名程度 保険料 150円(年間)
申込期間	3月1日(水)～3月28日(火)
申込方法	来館または電話で 千代市民センター ☎611-6405

活動時間：3ヶ月に1回程度
※指定日時(午前中)の
前後約1時間

活動内容：
市民センターロビーの本
(ひまわり文庫)入替作業

申込・問合せ：
千代市民センター
☎611-6405

本の入替 ボランティア募集

3月の行事予定

休館日:5,12,19,21,26日

日	時 間	行 事
3 (金)	10時半～	ひよっこクラブ～製作・ひなまつり～
10 (金)	10時半～	ひよっこクラブ～絵本の読み聞かせ～
14 (火)	13時～	笑って健康～閉講式・ニュースポーツ大会～
24 (金)	10時～	ほのぼのルーム
	10時半～	ひよっこクラブ～お別れ会～

『退任の挨拶』

五年間の千代市民センターの勤務 大変お世話になりました
地域の皆様や職員に支えられ 充実した活動が出来 楽しく過
ごした千代校区とも三月末でお別れとなります
市民センターの生涯学習講座やクラブ活動 地域コミュニテイ
の活動 地域のお祭りなどを通してたくさんの方々との出会いが
あり ご縁が生まれたことを大変嬉しく思います
またその中で多くの支えと教えをいただき有難うございました
またどこかでお会いすることもあるかと思っています
交通の利便性もあり 庭先や街路に花が咲き乱れ美しく素晴ら
しい千代校区のますますのご発展と皆さんのご多幸を祈念してお
ります

館長 古庄 弘一
職員 大田 美子
川津 雅昭

令和5年度千代市民センタークラブ一覧

曜日	内容	クラブ名	開催週	時間
月曜日	健康体操	千代タイチーきたきゅう体操	毎週	10:00～
	囲碁	囲碁クラブ	毎週	13:00～
	民謡	民謡クラブ	毎週	13:00～
	パソコン	パソコン健寿会	毎週	13:30～
	ヨガ	リセットヨガ&エアロ	毎週	13:30～
	卓球	船越卓友会	毎週	15:30～
	こども	こどもスケッチ	隔週	17:00～
火曜日	大正琴	森ん子の会	1・3	10:00～
	手芸	パッチワークキルト	2・4	10:00～
	詩吟	水誠会千代詩吟	毎週	14:00～
	こども	バンビーナ火曜キッズ	毎週	16:15～
	こども	バンビーナ火曜チア	毎週	17:30～
水曜日	柔術	フライト	毎週	19:00～
	編物	さわやか編物	1・2・3	9:30～
	ヨガ	癒しのヨガA	1・3	10:30～
	ヨガ	癒しのヨガB	2・4	10:30～
	健康体操	健康そーらん	毎週	12:00～
	文化・文学	漢字クラブ	2	13:00～
	日舞	水仙	毎週	14:00～
	社交ダンス	ハッピーダンス千代	毎週	19:00～

曜日	内容	クラブ名	開催週	時間
木曜日	3B体操	ホップステップ3B	毎週	10:00～
	書道	墨筆会	1・2・4	10:00～
	水墨画	いろいろあら～なの会	3	10:00～
	日舞	扇優会	毎週	12:00～
	編物	若草手編クラブ	毎週	13:30～
	卓球	船越卓球クラブ	毎週	14:00～
	茶道	松風会	不定	14:00～
	生花	皐月会	1・3・4	19:00～
金曜日	水彩画	スケッチあーる	1・2・4	10:30～
	囲碁	碁楽会	毎週	13:00～
	ヨガ	リラックスヨガ	毎週	13:15～
	3B体操	3B千代ジュニア	毎週	17:30～
土曜日	ヨガ	リフレッシュヨガ	毎週	19:30～
	健康体操	喜楽会クラブ	1・4	10:00～
	料理	おやじの料理	3	10:00～
	盆栽	千代さつき盆栽クラブ	1・3	10:00～
	こども	千代書き方クラブ	毎週	13:00～
	卓球	千代卓球クラブ	毎週	13:00～

※興味のある方は市民センター☎611-6405までどうぞ！



笑って健康

2月14日(火)花王啓発講座

花王啓発講座で、フレイル「頻尿予防」「血流」のお話を、骨盤底筋体操や腹式呼吸の実習を交えて、38名の参加者全員で熱心に学びました。



ひょうこクラブ

2月3日(金)節分の日ということで、小さな豆入れを作りました。テープなどで飾って、かわいらしい豆入れが出来ました。鬼退治もしました。



2月10日(金)三嶋比呂美先生のバルーンアート2回目。お花を作りました。作るのはママ達ですが、カラフルなバルーンに子ども達のテンションも上がります。出来たお花を傘のようにかざしながらうれしそう。

市民センターからのお知らせ

- ◆ 3月の地域行事
- 7日(火) 香月北サロン
- 9日(木) 千代中学校卒業式
- 16日(木) 千代小学校卒業式
- 24日(金) 千代小・中学校修了式
- 28日(火) 千代ふれあいサロン

令和5年度花講座

北九州市のフラワーコーディネーター河村英子先生の人気講座「花講座」令和5年度の募集は来月の市民センターだよりに掲載されます。お楽しみに！



ココすよクラブ

2月21日(火)閉級式・ミニコンサート

『クラシックを気軽に楽しめるものに』という思いを胸に結成されたSIONの皆さんをお迎えし、令和4年度ココすよクラブの最後を飾るミニコンサートが開催されました。ピアノ、サクソフォン、マリンバの織り成すハーモニーが会場を満たします。平和への祈りを込めて選ばれた楽曲『ひまわり』に、思わず涙する参加者の姿も。



コンサート終了後に行われた閉級式では、一年間の学習を綴ったスライドを見ながら、楽しかった学びの日々を振り返りました。