



千代市民センター

センタ~だより 3月号

令和8年3月1日 358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 武田 嘉正



令和8年度 花講座

講師 北九州市フラワーコーディネーター
松雪 美千代氏・石津 康子氏

時間 10:00~12:00

募集人数 12名

材料費 3,000円(年間) ※寄せ植え・ドライフラワーは、別途費用がかかります。

申込期間 3月2日(月)~先着順

申込方法 ご来館 または お電話で
千代市民センター ☎ 611-6405

月日(水曜日)・内容予定			備考
4月	8日	種まき	● 4月8日に持ってくる物 ・牛乳パック 2個 ・使い捨て手袋 ・ホッチキス ・油性マジック(細いもの) ・千枚通し (購入の場合:100均のアイスピック) ・ハサミ(よく切れるもの) ・筆記具 ・材料費 3,000円 ● ドライフラワーの回は、希望者のみです。 ● ドライフラワーの回のみのお受講は、出来ません。
	22日	種まき	
5月	13日	種まき	
	27日	寄せ植え	
6月	17日	さし芽	
7月	8日	DIY	
9月	2日	種まき	
	16日	種まき	
10月	7日	種まき	
	21日	ドライフラワー	
11月	4日	ドライフラワー	
	18日	ハンギング	
12月	2日	寄せ植え	
	16日	しめなわ	

千代っとうれしい健康づくり 健康まつり

- 自分の健康状態を知り、運動や健康づくりに、役立てませんか?
- 各コーナーでスタンプを集めて、ステキな商品をゲットしよう!



日時 3月15日(日) 10:00~12:00

第1部 健康講話 | 講師:ひがし眼科耳鼻咽喉科医院
院長 東 淳一郎氏

『白内障だけじゃない目の病気』

第2部 いろいろ
体験コーナー

- ・ベジチェック
- ・健康測定
- ・食育 SAT
- ・ニュースポーツ体験
- ・減塩みそしる体験



元気で100歳! おたっしゅ倶楽部

講師 健康づくり推進員・介護福祉士
徳光 弘子氏

時間 13:00~15:00

募集人数 50名 保険料 300円(年間)

申込期間 3月24日(火)まで

申込方法 ご来館 または お電話で
千代市民センター ☎ 611-6405

月日	内容予定
4月 7日(火)	● 内容は ・ストレッチ体操・筋トレ・脳トレ・けん玉 ・卓球/バレー ・ニュースポーツ(年2回) を予定しています。 ※日時は、変更することがあります。 ● 持ってくる物 ・飲み物 ・フェイスタオル(長いもの) ・上履き、シューズ
5月12日(火)	
6月 2日(火)	
7月 7日(火)	
8月25日(火)	
9月 1日(火)	
10月20日(火)	
11月10日(火)	
12月 1日(火)	
1月 5日(火)	
2月 2日(火)	
3月 2日(火)	

開館日時 ●平日(月~金曜) 9:00~21:00まで
●土曜日 9:00~17:00まで

休館日 ●日曜日・国民の祝日に関する法律に規定する休日
●年末年始(12/29~1/3)



ふれあい昼食会

4/18, 5/16, 6/20, 7/18, 9/19, 10/24, 11/21, 12/19, 2/20

第3金曜日
12時～13時
(8月、1月除く)



ふれあい昼食会

千代市民センター
会 場: 多目的ホール
開催日: 3月27日(金)
時 間: 12時～13時まで
参加費: 500円(当日徴収)
内 容: 健康体操
申 込: 3/2(月)～3/19(木)
※千代市民センターにご来館または、
お電話での受付となります。

3月の献立

- ・魚の照り焼き・菜の花ずし
- ・キャベツのゆかり和え
- ・すまし汁・にんじん牛乳白玉

ふれあい昼食会は、皆さんが、元気に、笑顔で、おいしい食事を楽しむ会です。1年を通して、食生活推進委員さんに、バランスの取れた健康的な食事を作ってもらいます。

今年度も、アトラクションとして、様々な方に来てもらいました。歌、演奏、マジック、食の安全、ガスの安全についてのお話、栄養士さん、歯科衛生士さん、大学実習生の皆さんのお話、園児さん達による歌や劇など、たくさんの方と、一緒に楽しく歌ったり、健康や身の回りの事についてのお話を聞いたりして、たくさん学ぶことが出来ました。

3月の行事予定

休館日：8、20、22、29日

日	時間	行 事
1 (日)	10:00～	魚のさばき方教室※拡大開館のため14:00まで開館
6 (金)	10:30～	ひよっこクラブ～フリースペース～
10 (火)	13:00～	笑って健康講座～閉講式・ニュースポーツ大会～
13 (金)	10:30～	ひよっこクラブ～お別れ会～
15 (日)	10:00～	健康まつり～千代っとうれしい健康づくり～
24 (火)	13:00～	おたっしゃ倶楽部～閉講式・ニュースポーツ大会～
27 (金)	10:00～	妊産婦・乳幼児なんでも相談
	10:30～	ひよっこクラブ～フリースペース～
	12:00～	ふれあい昼食交流会～健康体操～

【わいわい市民センター 開催日時】

- 子ども囲碁サークル 金曜日/16:30～/6、13、27日
- 親子囲碁サークル 土曜日/10:00～/7、14、21、28日

市民センターからのお知らせ

- ◆3月の地域行事
- ・3日(火) おげんきですか(香月北サロン)
- ・12日(木) 千代中学校 卒業式
- ・18日(水) 千代小学校 卒業式
- ・24日(火) 千代小学校・中学校 修了式
- ・24日(火) 千代ふれあいサロン

お手伝いして下さる方を募集しています!

お手伝いしていただきたいこと

- 千代地区で行う、スポーツ大会の準備・運営など
 - ・ニュースポーツ大会
 - ・グラウンドゴルフ大会
- 千代市民センターで実施している健康づくり講座の準備・運営など

一緒にやってもいいよ～!!と思われる方、もう少し、くわしく話が聞きたいなという方は、千代市民センターまで、ご連絡ください。
☎ 611-6405

千代市民センター

地域の民生委員さん・主任児童委員さんのご紹介

- 任期は、3年間となります。
- 民生委員さんは
皆さんが心して生活をおくられるように、皆さんの立場に立って、相談・支援・見守りを行っています。
- 主任児童委員さんは
子育てのお悩み相談など、子どもたちが安心・安全で過ごせるように手助けをしています。

いぬばしり よしこ
犬走 良子
～地区会長～
担当地区
・香月西1丁目
・吉祥寺町
・椋枝1丁目
・椋枝2丁目

あおやぎ けいこ
青柳 啓子
～地区副会長～
担当地区
・千代2丁目
・千代3丁目

みしま ひろみ
三嶋 比呂美
担当地区
・千代1丁目

たけした けんすけ
竹下 謙介
担当地区
・千代5丁目
・吉祥寺町

もとやま よしみ
本山 佳美
主任児童委員

ななかやま えいこ
中山 栄子
担当地区
・石坂1丁目
・千代2丁目

つづみ ひとみ
増 ひとみ
担当地区
・千代4丁目

つるぞの ともこ
鶴園 友子
主任児童委員

くぼりょうこ
久保 了子
担当地区
・船越2丁目
・船越3丁目

おにまる ちえこ
鬼丸 千恵子
担当地区
・船越1丁目
・船越2丁目

3月7日(土) 囲碁体験大会

シニア・ジュニア

- 時 間 10:00～12:00 まで
- 場 所 千代市民センター 第1会議室
- 対 象
 - ・幼児・小学生・地域の方
 - ・囲碁をやってみみたい方
 - ・小学生未満のお子様は、保護者同伴で参加してください
- 参加費 無料
- 申 込 3月6日(金)まで
- 問合せ 千代市民センター
☎ 611-6405

わいわい市民センター