

永西の和



【開館時間】
月～金：9時～21時
土曜日：17時まで
日曜・祝日：休館



令和6年6月1日発行 (第266号)
北九州市立永犬丸西市民センター
八幡西区永犬丸西町四丁目21-13
電話 692-5760 FAX 692-5761
URL : <https://www.ktqc01.net/nisi/eis/>
発行責任者 田志 真粧美

6/3

生き生き大人

かんたんなフラワーアレンジメント

日時：6月3日(月) 10時～12時
場所：永犬丸西市民センター 調理室
講師：花のスイヒロ 末広由紀子 氏
参加費：2000円
持ってくるもの：花切ハサミ

6/20

令和6年度 ミニ寺子屋

テーマ：学びのなかに夢ある人生を！ 終活ってなに？

日付	学習内容	講師等
R6/6/20 (木) 10:00～	○開級式 ○基調講演 「終活ってなに？」	永犬丸西市民センター 生涯学習ボランティア 明善社 三嶋和幸 氏
R6/7/18 (木) 10:00～	○健康講座 人生100年の身体をつくらう 「歌って健康」	音楽健康福祉士・ 介護福祉士 近藤美鈴 氏
R6/9/19 (木) 10:00～	○校外学習 (バス・ハイック代金は実費)	永犬丸西市民センター 生涯学習ボランティア 角見志津子 氏
R6/10/17 (木) 10:00～	○手作り工作 (材料費は別途)	永犬丸西市民センター 生涯学習ボランティア 角見志津子 氏

第一回目は、明善社の方に元気に生きていくための終活の話をしていただきます。

日時：6月20日(木) 10時～12時
場所：永犬丸西市民センター 多目的ホール
講師：明善社 三嶋和幸氏
保険料：4回シリーズで保険代200円がかかります

6/6

えいにしチャイルズ

親子でレミック

日時：6月6日(木) 10時～12時
場所：永犬丸西市民センター 多目的ホール
講師：シナプソロジーインストラクター
菊池 一恵 氏
参加費：無料
持ってくるもの：お出かけセット・飲み物

6/27

健康すこやか塾

ニュースポーツ モルック・ボッチャに挑戦！

日時：6月27日(木) 10時～12時
場所：永犬丸西市民センター 多目的ホール
講師：永犬丸西 健康推進員の皆さん
対象：クラブ会員・一般 誰でも
持ってくるもの：タオル・飲み物・上履き
動きやすい服装でご参加ください

6/22

えいにしキッズ

皿回しに挑戦！

日時：6月22日(土) 10時～12時
場所：永犬丸西市民センター 多目的ホール
持ってくるもの：汗拭きタオル・飲み物
講師：大道芸人 播本 洋平氏
参加費：50円(保険料)

6月予定表

3日	月	生き生き大人
5日	水	ケアトランポリン
6日	木	えいにしチャイルズ
7日	金	健康料理
12日	水	ケアトランポリン
13日	木	ほのぼのルーム
18日	火	ふれあい昼食会・まち協役員会
19日	水	ケアトランポリン
20日	木	ミニ寺子屋
22日	火	えいにしキッズ
25日	火	フラワーロードの会
26日	水	ケアトランポリン
27日	木	健康行事(ボッチャ・モルック)
27日	木	生活安全パトロール

※予定は変更になる場合があります

7/6

おいも大作戦

第2回目 草取り！

日時：7月6日(土) 9時半～11時
対象：おいも大作戦メンバー
持ってくるもの：軍手・帽子・タオル・飲み物
5月に植えたサツマイモの苗がすくすくと育っています。
おいしいサツマイモが育ちますように
☺ 周りの草取りや水かけを頑張りましょう。



<そうめん募集!!>

夏休みに子どもたちとそうめん流し計画！
ご自宅に残ったそうめんの寄付をお願いいたします。
ます。市民センターへお持ちください！！

永西フラワーロードの会

毎月第4火曜日に作業をしています。
6月25日(火)はお花の植え替えをします。
一緒にお世話のできる方を募集しています。
お花が好き、ガーデニングが得意な方、
お手伝いをお願いします。

7/1

生き生き大人

スマホカフェ

第二弾！スマホの「ちょっとここを知りたい」をセンター職員が为您解答します。

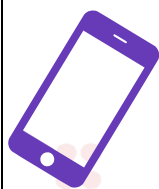
みなでお茶しながらのんびり学びませんか？

日 時： 7月1日(月) 10時～12時

場 所： 永犬丸西市民センター 調理室

お茶代： 100円

持ってくるもの： スマホ・筆記用具



7/4

えいにしチャイルス

七夕まつり

親子で七夕飾りを作しましょう

日 時： 7月4日(木) 10時～12時

場 所： 永犬丸西市民センター 和室

参加費： 無料

持ってくるもの： お出かけセット・飲み物

対 象： 誰でも



活動報告

えいにしチャイルス パクパクうさぎ 5月2日

ゴールデンウィークなか日、牛乳パックでパクパクうさぎ作りをしました。

親子で一緒に作業を行い、コミュニケーションを図ることができました♡うさぎの目に赤い丸シールを貼り完成です！完成したうさちゃんにご飯を食べさせてあげる可愛い姿が見られました。



おとなのひとやすみ かご作り 5月15日

それぞれみなさん好きな色を選んで、かわいいミニかごを作りました。細かくて、作るのが少し難しかったですが、先生方に優しく丁寧に指導していただき、無事みなさんかわいいものが出来上がりました♡



生き生き大人

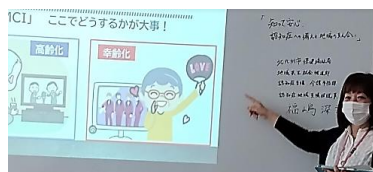
「知って安心認知症への備えと支え」講座 5月20日

北九州市の認知症地域支援推進員 福嶋さんを講師に迎え、認知症と物忘れの違い、認知症のステージ、もしもの時の相談先や支えるシステムなどを詳しくおしえてもらいました。

ただ講話を聞くだけではなく、参加者も発言しながら、気になることを解決できました。

みなさんメモをしっかりととりながら真剣に学習しました。

そして「高齢化→幸齢化」として、機嫌よく生きていくことの大切さを学びました。



ふれあい昼食会 5月21日

今月もふれあい昼食会が開催されました♪おいしい昼食をいただいた後、ストレッチと筋トレをして少し代謝をあげることができました。みんなで歌を歌ったり、とても楽しい昼食会でした。



すこやか塾

生き生き健康な骨とカルシウム 5月23日

食事だけでとるのが難しい、カルシウムの効率的なとり方と簡単レシピなど、具体的なお話をたくさんしていただきカルシウムの大切さを学びました。

お土産もいただき、みなさん喜んで帰られました。



えいにしキッズ 布絵芝居とスーパーボールロケット作り 5月25日

迫力ある布絵芝居に、興味津々の子ども達。すべて手作りで作られていて、とても味わいのあるお話でした。後半はスーパーボールロケットを作り、誰が一番遠くに飛ばすか競いました。コントロールが難しく、みんな夢中で練習しました。



◎今年も暑くなってきました。永犬丸西市民センターでは『まちなか避暑地』として市民ホールを開放しております。お気軽に涼みに来て下さい。館長が得意の『ナンプレ』をご用意しております。涼しいお部屋で一緒に頭の体操しませんか？

◎ボランティア募集！！ 夏休みの子どもたちの見守りや子どもたちとの色々な遊びのお手伝いができる方を募集しております。

7/24(水)・26(金)・27(土)・29(月)・31(水)・8/3(土)・24(土)・・・できる日だけでも、1日だけでもOKです。よろしくお願いします。

◎小型電子機器・リチウムイオン電池の回収 BOX が設置されました。いらなくなった携帯電話・電卓・コード等々

お願いします

