

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8年4月1日発行 (第 288 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



令和8年度登録クラブ一覧

初心者も大歓迎です。
見学、体験もいつでもお越しください。

内容	クラブ名	開催週	曜日	時間
卓球	月曜卓球クラブ	毎週	月	10:00 ~ 12:00
パッチワーク	椿の会	2・4	月	13:00 ~ 15:00
合唱	抒情歌の会Iバーグリーン	1・3	月	13:30 ~ 16:00
男声コーラス・カク	ハーモニック・パル&オカリナ青い鳥	毎週	月	16:00 ~ 18:00
カラオケ	いちごクラブ	毎週	火	10:00 ~ 12:00
ストレッチ	えがお仲良しクラブ	1・2・4	火	10:00 ~ 12:00
全身運動	健康床運動	1・2・4	火	13:00 ~ 15:00
折り紙	かざぐるま	2	火	10:00 ~ 12:00
箏	箏姫クラブ	1.3	火	13:30 ~ 15:30
日舞	日舞 葉月	毎週	火	15:00 ~ 17:00
居合道	北九州居合道同好会	毎週	火	18:30 ~ 20:30
体操	脳トレ貯筋運動	毎週	水	10:00 ~ 12:00
大正琴	大正琴永犬丸西クラブ	1・3	木	10:30 ~ 12:30
卓球	新卓球クラブ	毎週	水	13:00 ~ 15:00
体操	転ばない身体づくり	毎週	木	13:30 ~ 15:30
社交ダンス	社交ダンスのぼら	毎週	木	13:00 ~ 15:00
日舞	舞扇	毎週	木	15:30 ~ 17:30
リンパ	リンパで健康	1	木	10:00 ~ 12:00
俳句	吾亦紅俳句会	1・3	金	10:00 ~ 12:00
茶の湯	四季の会	1・3	金	12:30 ~ 15:00
卓球	永西卓球クラブ	毎週	金	13:00 ~ 15:00
ヨガ	癒しのヨガフレンズ	毎週	金	15:00 ~ 17:00
水彩画	永西水彩画クラブ	毎週	土	10:00 ~ 12:00
ハーモニカ	永犬丸ハーモニカクラブかがやき	1.3.4	土	10:00 ~ 12:00
社交ダンス	菜の花ダンスサークル	毎週	土	13:00 ~ 15:00
ヨガ	癒しのヨーガウィズ	毎週	土	15:00 ~ 17:00



令和8年度登録クラブ紹介

令和8年度の永犬丸西市民センターのクラブです。
どのクラブも生き生き楽しく活動しています。健康づくりや仲間づくり、スキルアップのために、始めてみませんか？見学はいつでも大歓迎です！！
永犬丸西市民センター ☎692-5760

ご入学おめでとうございます

永犬丸中学校 入学式
4月10日(金)
永犬丸西小学校 入学式
4月14日(火)



見守りボランティア募集！！

4月から朝の通学『見守り隊』に参加して下さる方を募集します。元気な子どもたちの笑顔を皆さんで見守りませんか？！学校登校日に週1回や数回、又は月1～2回等々の活動日を決め、見守りをしています。町内会長、自治区会長、又は市民センターにお声掛けください。ご協力をよろしくお願いたします。

クラブ協議会総会のお知らせ

令和8年度のクラブ協議会総会を開催します。クラブ代表者の方は必ずご参加をお願いします。
○日 時：4月30日(木) 10時～
○場 所：永犬丸西市民センター 多目的ホール

4/25 えいにしキッズ 祝★進級交流会

ミニゲームでお友達を増やそう！
日 時：4月25日(土) 10時～12時
(9時50分集合)
対 象：永西小のお友達
※詳細は小学校を通じてチラシを配ります

4/9 妊産婦・乳幼児なんでも相談

日 時：毎月第2木曜日
10時～11時15分受付
対 象：どなたでも
持ってくる物：タオル
母子手帳、他

健康料理メンバー募集

日時：毎月第1金曜日 10時～12時
場所：永犬丸西市民センター調理室
対象：どなたでも
持ってくる物：Iプロ、三角巾、手拭き

4月予定表

3日	金	健康料理
9日	木	妊産婦乳幼児なんでも相談
21日	火	ふれあい昼食会
22日	水	スマホカフェ 午後の部
23日	木	えいにしチャイルズ
24日	金	健康すこやか塾
25日	土	えいにしキッズ
30日	木	クラブ協議会総会 安心安全パトロール

4/23 えいにしチャイルズ 西部ガス1回コースのオープン料理

◎おやき ◎オープンオムレツ
◎天板ケーキ
日 時：4/23(木) 10時半～13時
材料費：500円
持ってくる物：エプロン
三角巾、マスク、手拭きタオル
持ち帰り用袋
対象：どなたでも
※小麦・卵・乳製品使用します。

4/24 健康すこやか塾 開級式 戸畑リハビリテーション

これからも健康であり続けるために友達と参加しませんか？
概ね第4金曜日開催です。
第1回目は前年度体験した体力測定を行って、一年間のスタートを切ります。初めての方も大歓迎です。
日 時：4/24(金) 10時～12時
持ってくる物：上履き・飲み物
講 師：戸畑リハビリテーション 原田氏

4/22 生き生き大人 スマホカフェ 午後の部

日 時：4月22日(水)
13時半～15時
お茶代：200円
今年もスマホを楽しく学びましょう。



R8年度 生涯学習講座 年間予定

詳細は今後のセンターだより、チラシ等でお知らせします

生き生き大人

対象：どなたでも

1回目	4月22日	スマホカフェ 午後の部
2回目	5月20日	スマホカフェ 午後の部
3回目	6月29日	ステンドグラスに挑戦
4回目	7月30日	歌って健幸（人権講座）
5回目	8月	認知症講座
6回目	11月	ステンドグラスに挑戦
7回目	1月21日	シャボン玉石鹸出前講座

おとなのひとやすみ

※一部家庭教育講座と合同開催
対象：どなたでも

1回目	5月13日	美活！薬膳講座
2回目	6月10日	そば作り
3回目	8月	人権講座&カレー、カステラづくり
4回目	9月	子どもに教えるお金の話
5回目	12月	しめ縄づくり
6回目	R9.1月	シャボン玉石鹸出前講座
7回目	R9.2月	アイシングクッキー作り

健康すこやか塾

対象：どなたでも
※都度申し込みをお願いします

1回目	4月24日	開級式 戸畑リハビリテーション
2回目	5月29日	美味しい発酵 パン作り
3回目	6月26日	雪印メグミルク 骨カルシウムセミナー 輪投げゲーム
4回目	7月24日	戸畑リハビリテーション 長谷川先生のリズム体操
5回目	9月25日	権頭クリニック・権頭 聖先生の講話
6回目	11月21日	みそづくり・佐野先生
7回目	12月25日	保健師のお話・長谷川先生のリズム体操

えいにしチャイルズ

対象：未就学児の親子

1回目	4月23日	西部ガス1回コースのオープン料理
2回目	5月28日	親子ヨガ・読み聞かせ
3回目	6月25日	カスタネット工作・短冊飾り
4回目	7月23日	水遊び
5回目	8月27日	夏祭り
6回目	9月24日	手形足形工作・交流会
7回目	11月19日	リトミック
8回目	12月17日	クリスマス会
9回目	R9.1月28日	豆まき工作・親子ヨガ
10回目	R9.2月25日	ひな祭りクッキング
11回目	R9.3月25日	お花見(西山池)

えいにし☆キッズ

対象：永西小児童

1回目	4月25日	祝☆進級交流会
2回目	5月23日	うどん作り体験
3回目	6月27日	和紙ランプ工作
4回目	7月	夏の教室(全5回)
5回目	8月	そうめん流し
6回目	9月26日	ミニ運動会
7回目	12月	冬の教室(全4回)
8回目	R9.1月23日	節分料理
9回目	R9.2月27日	火おこし体験
10回目	R9.3月27日	お花見ウォーキング

わがままなお一人様の集まり

対象：どなたでも

1回目	4月6日(月)	到津動物園 お花見
2回目	5月12日(火)	永犬丸中央公園 散策
3回目	9月8日(火)	いのちのたび博物館へ
4回目	11月	計画中
5回目	12月	計画中

活動報告

ニュースポーツ体験会 2/28

2月28日土曜日に地域の方々総勢35名ほどでニュースポーツ体験会を開催しました。いろいろな新しいスポーツ競技ですが、すぐにルールを覚えて、最後まで笑顔いっぱいの時間が過ごせました。誰でもできるスポーツで3世代交流ができました。豪華な参加賞に参加者全員大喜びでした。



J-FLEC お金の話 2/27

『老後のために知っておきたいお金の話』と題して、J-FLECから派遣の平島氏からお話していただきました。年金のこと、生活費のこと、税金のこと、相続や金融商品など、終活に関する話まで様々な話をわかりやすく楽しく解説いただきました。老後に役立つお話でした。



えいにしチャイルズ ひな祭りクッキング 2/26

重住先生に3色蒸しパンと3色ミルクゼリーを教わりました。蒸しパンはほんのり優しい味でふわふわに仕上がりました！ミルクゼリーは綺麗な層になり、一段一段触感を変えてつくりました。親子で触れ合い、とても楽しい時間になりました♡



ふれあい昼食交流会 3/17

お雛祭りにちなんでちらしずしのメニューでした。ボリューム満点のご飯も皆さんペロリ！とてもおいしくいただきました。センタークラブ「抒情歌の会エバークリーン」よる合唱を聴き、参加者全員とても癒された時間を過ごすことができました。

