家庭で できる

🗽 健康づくり部会 健康講座

### 『椅子に座って太極拳』開催

鷹見台の河野インストラクターによる、24式太極拳を 椅子に座って行います。

癒し系の音楽を聞きながら、リフレッシュタイムを楽し みましょう!!

8月31日(土) 10:00~ 時  $\Box$ 

: 八枝市民センター 講堂

30名 定 参加無料

> ♪動きやすい服装でお越しください。 ※お申し込みは八枝市民センターまで



(木)

# 出会い塾

『音楽で体はリフレッシュ 脳は活性化』



校区にお住まいの菊池一恵先 生をお迎えしてシナプソロジーの 講座を開催しました。

シナプソロジーとは、2つのことを 同時に行い、脳が混乱する状態を 作り出します。音楽に合わせて体 を動かすので、あっという間に時 間も過ぎ、みなさん頑張ることが できたようです。最後は先生のピ アノに合わせて歌を歌いました。 先生の歌声も素晴らしく、「是非!! コンサートをひらいて欲しい」との 感想も寄せられていました。



# Դրերե<sup>դ</sup> Դրերե<sup>դ</sup> Դրերե<sup>դ</sup> Դրերե<sup>դ</sup> Դրերե

# 北九州下関フェニックスを応援しよう!

### 八幡西区民は無料でご招待!!



八幡西区制 50 周年記念して、北九州市を拠点とする独立リ ーグのプロ野球チーム「北九州下関フェニックス」の公式戦に、 八幡西区に在住・在学・在勤の方を無料でご招待します。

フェニックスの活躍を生で観戦しませんか?多くの方のご 来場を心よりお待ちしております。

対戦試合 9月8日(日)13時開始

北九州下関フェニックス VS 宮崎サンシャインズ

会場 北九州市民球場(小倉北区三萩野二丁目 10番1号)

試合当日に、八幡西区在住・在学・在勤であることを 観戦方法

証明できるもの(健康保険証・社員証・学生証等)を

受付で掲示後、観戦チケットをお渡しします。

問合せ 八幡西区役所総務企画課企画係

電話:093-642-1339



#### 7/11(木)

### ふれあい昼食交流会



7月の催しはセンタークラブでも活躍中のフラ・ハーラウ・プア ナニ・ナプアラニさんの優雅なフラダンスを楽しまれていました。 メニューは「枝豆のキーマカレー、ピーマンの卵とじ、アセロラか ん」でした。見た目も鮮やかで、梅雨のじめじめを吹き飛ばせたの ではないでしょうか。







8月のふれあい昼食交流会はお休みです

# たなばたの飾りつけをしました



地域の方が立派な笹を2本も持つ てきてくださり、館長、センター職員 で飾りつけをしました。また、市民セ ンターをご利用の方、クラブの方も 願い事を書いてくれました。



さらに、永犬丸保育所のばら組さ んが飾りを持ってきてくれ、素敵なた なばた飾りが完成しました。今年はお 天気も良かったので、織姫さまと彦 星さまも出会えたでしょうね。 サラ風になびいて、みなさんのお願 い事がかないますように・・・

# 7 月のきしゃぽっぽ

7月19日は、「足型アートと水遊び」をしました。 パンダの足型アートで思い出を作りました。その あとは、そのままプールにドボン!! 水遊びも楽し みました。











### 全市一斉夜間非行防止パトロールを行います

8月5日(月) 八枝小校区にお住いの方

18:30 集合

集合場所: 八枝市民センター

※各自、暑さ対策をお願いします。

