



開館時間  
平日 9時～22時  
土曜日 9時～17時  
休館日 日曜・祝日



八幡西区大字笹田920-8  
電話番号 617-5273  
FAX 617-5274  
Eメール hg-sf@ktqc03.net  
発行責任者 三好 真澄



令和3年度 星ヶ丘市民センター クラブ一覧



内容	クラブ名	開催週	曜日	時間	備考
1 合唱	ひまわり合唱クラブ	1・3	月	10:00~12:00	
2 ストレッチ体操	ストレッチゆるのび	1・2・3		13:00~15:00	
3 絵画	絵てがみクラブ	1・2・3		13:30~15:30	
4 茶道	お茶同好会	2・4		14:30~16:30	
5 ヨガ	ヨガ・ピラティス	1・3		15:00~16:30	
6 パソコン	マウスフレンド	毎週		15:30~17:30	
7 エアロビクス	Star Girls	毎週		17:00~18:00	子ども向け
8 習字	beもじ	1・2・3		19:00~20:30	
9 社交ダンス	あかねダンスクラブ	毎週		19:15~21:15	
10 リフォーム	なでしこ和裁リフォーム	1・3	火	10:00~12:00	
11 きり絵	きり絵くらぶ	2・4		10:00~12:00	
12 俳句	俳句を楽しむ会	1		10:00~12:00	
13 ヨガ	健康ストレッチヨガ	1・3		10:00~11:30	
14 ヨガ	顔ヨガ	2		10:00~11:30	
15 囲碁	星ヶ丘囲碁クラブA	毎週		13:00~15:00	
16 囲碁	星ヶ丘囲碁クラブB	毎週		15:00~17:00	
17 太極拳	太極拳同好会	毎週		13:30~15:30	
18 生け花	IKEBANAの会	1・3		14:00~16:00	
19 英語	わんぱくABCクラブ	毎週	水	16:00~18:00	子ども向け
20 習字	火曜習字くらぶ	1・2・3		17:00~18:30	子ども向け
21 体操	ストレッチダンスクラブ	毎週		19:30~21:00	

22 ヨガ	ヨガの会	1・3	水	10:00~12:00		
23 パッチワーク	パッチワーククラブ	2・4		10:00~12:00		
24 刺繍	刺しゅうの会	1・3		10:00~12:00		
25 ヨガ	リフレッシュヨガ	毎週		13:00~14:30		
26 習字	習字くらぶ	1・2・3		16:00~18:00	子ども向け	
27 HIPHOP	JAZZ HIP HOP (es)	毎週		18:00~19:00	子ども向け	
28 空手	北九州空手古武道クラブ	毎週		19:15~21:15	子どもから大人まで	
29 卓球	ほたるの会	2・3・4		木	10:00~12:00	
30 カラオケ	光歌謡クラブ	2・3・4			10:00~12:00	
31 ヨガ	レディースリンパヨガ	1・2・3	10:30~12:00			
32 ぬり絵	ローズの会	4	13:00~15:00			
33 卓球	スターボール	毎週	13:30~15:30			
34 卓球	ファミリー卓球	毎週	19:00~21:00			
35 3B体操	健康美容体操	2・3・4	金		10:00~12:00	
36 社交ダンス	バラダンスクラブ	毎週			13:00~15:00	
37 着付け	緒美の会	2・3・4			13:30~15:30	
38 パソコン	アイラブパソコン	1・2・3		13:30~15:30		
39 卓球	MSC	毎週		18:00~20:00		
40 フラワーアレンジメント	ペパーミント	4		19:30~21:00		
41 将棋	土曜子ども将棋クラブ	2・4		土	10:00~12:00	子ども向け
42 3B体操	親子体操3B	不定期月2回			10:30~12:00	子ども向け
43 将棋	星ヶ丘将棋同好会	2・4			13:00~16:00	
44 3B体操	ヘルスアップ3B体操	毎週	13:30~15:30			
45 山野歩き	山歩きの会	3	木		8:30~15:00	

※一覧表はセンターに用意しています。お声掛けください



講座生募集のお知らせ

☆それぞれ来館またはお電話にてお申込みください。



手習い講座 干支パッチワーク



年1回、冬の手習い講座で行っている干支パッチワークですが、「十二支全部作りたい！揃えたい!!」という熱い要望にお応えして、「全部揃える！干支パッチワーク講座」行います！この機会をお見逃しなく!!

日 時：5月19日（水）10:00~12:00  
定 員：先着10名  
参加費：1作品につき500円



オンライン配信 春のピア/コンサート



ピアニスト酒井有彩さんの演奏を生配信！プロの演奏をお家で視聴できます！またとない機会をお見逃しなく！

日 時：5月19日（水）10:00~11:00  
参加費：無料

※視聴方法はセンターにお問合せ下さい



HOME-EC講座 中高生対象講座

いざ！という時や近い将来に始まるかもしれない一人暮らしに備えて家事力をつけよう！調理実習や裁縫、ストレス解消法など様々な面から「生きる力」を一緒に学びませんか！6月より募集開始です！お見逃しなく!!



出張介護予防講座

「ゆっくりに楽しく！スローランニング」

歩く速さでランニング！だから年齢問わず、場所を選ばず行える有酸素運動です！普通のランニングより足腰の負担が少ないのに、生活習慣病や高血圧予防、認知症予防など効果は様々！気持ちの良い初夏の下、一緒に楽しく運動しませんか？！

日 時：5月26日（水）10:00~11:30  
場 所：星ヶ丘中央公園（現地集合現地解散）

※雨天中止

指 導：保健福祉局認知症支援介護予防センター 清水登志子 氏

参加費：無料

定 員：20名程度

持ち物：タオル、水分補給用の飲み物、動きやすい服装・靴



星ヶ丘ギャラリー スタート!

5月6日(木)より星ヶ丘ギャラリーがスタート！ロビーの一角がギャラリーに変身です！星ヶ丘市民センターで活動しているクラブの方々の作品を週替わりで展示します。お立ち寄りの際はぜひご覧ください！

日 程	展示クラブ
5/6(木)~5/14(金)	俳句を楽しむ会 マウスフレンド IKEBANAの会
5/17(月)~5/21(金)	きり絵くらぶ アイラブパソコン 絵てがみクラブ 顔唄れ倶楽部 IKEBANAの会
5/24(月)~5/28(金)	火曜習字くらぶ 習字くらぶ IKEBANAの会
5/31(月)~6/4(金)	beもじ 刺しゅうの会 IKEBANAの会



# センターの催し物よ!

## 教養講座 「宝塚の世界へ」 3月30日(土)

元タカラジェンヌの式部いろはさんを講師にお迎えしました。お母さんと二人三脚で宝塚歌劇団を目指したことや阪急電車を通る時には一礼をしていたこと、窓の棧は筆を使って掃除していたことなどご自身の体験談を聞かせていただきました。その後宝塚の振付けのようにみえる体操をみんなで行いました。いろはさんの、指先までしなやかな所作は、タカラジェンヌを彷彿とさせ、見入ってしまいました。



## ふれあい昼食会 4月1日(木)

コロナ禍で中止を余儀なくされていた「ふれあい昼食会」。しかし中止の間にもコロナ対策や参加者の方達が安全安心で楽しめることを模索し続けていました。自粛が続き、引きこもりがちになってしまった高齢者の方が心身共に健康であるためにも、再開は大変意義のあることでした。今後も感染対策に留意しつつ、皆さんが笑顔になることができる昼食会を目指します。どうぞご参加ください。



## スイーツ講座 4月16日(金)



西部ガスの國丸さんを講師にお迎えし、スイーツ講座を行いました。メニューは、紅茶のバターケーキと米粉のグラノーラクッキー。紅茶とバターのふんわり、いい香りで心も体も満たされます♪  
 実食はできませんでしたが、おいしいお土産を手にとり、皆さん笑顔で講座を終えました。



## いっしょに働きますか? 星ヶ丘市民センター 職員(昼間)募集

講座やイベントの企画運営をしたり、センターの管理をしたり、地域の方と楽しくお話ししたり。働きながら、たくさんのお話を学べます! 詳しくはお気軽にセンターまでお問合せ下さい。

星ヶ丘市民センター 617-5273



四月一日から前職の中山さんに代わり、星ヶ丘市民センターで夜警の仕事で勤務することになりました。佐々木と申します。コロナ禍で大変な生活になりましたが、こんな時こそ地域のみなさんの役に立てるよう、不慣れな私ですが、この仕事を選びました。  
 私は昭和三十年生まれの六十五歳ですが、六十二歳で自動二輪の免許を取り、休日は近場ではあります、ツーリングに出たりしています。娘が二人、幼少の頃に星ヶ丘市民センターのクラブでお世話になり、元気で通っていたのを覚えています。  
 今は、館長はじめ、職員みなさんのおかげで一カ月が経ち、仕事も始まるので、よろしくお願いたします。

職員 佐々木 節次

センターの  
お話を聞け

★次回のセンターだよりは、六月一日発行予定です。原稿は、五月十五日までに星ヶ丘市民センターまでお寄せください。

## 5月のセンター行事

※中止または内容が変更になる場合があります

日	曜日	内容
6	木	ふれあい昼食会
8	土	スニーカーぐる〜ぶ(遠賀川)
10	月	おしゃべりサロン
15	土	三輪舎おりがみ
19	水	顔晴れ倶楽部 〔合同企画〕
		よちよちクラブ 春のピアノコンサート
		手習い講座 干支パッチワーク
22	土	あつまれ!元気ツズ(オリエンテーリング)
24	月	ほのぼのルーム
26	水	MINIMINI☆身に味に講座
		出張介護予防講座 「ゆっくり楽しくスローランニング」
29	土	子ども菜園くらぶ保護者説明会

## 2回目 よちよちクラブ 5月19日(水) 10:00~10:50

参加無料!

先着10組(5月1日10時~申込み開始)

「春のピアノコンサート」  
 ピアニスト 酒井有彩 さん



響ホール地域訪問コンサートとしてピアニストの酒井有彩さんが演奏してくださいませ! 子連れではなかなか行きにくいコンサート。ぜひセンターでゆっくり優雅なひと時をお子さんと一緒に楽しんでください!

お電話又は来館にてお申込み下さい。 Tel(617-5273)

## ふれあい昼食会

お待ちしております



5月6日(木) 受付11:50~

毎月第1木曜日に年長者を対象に、レクリエーションと昼食会を行っています。軽い運動をしたり、音楽を楽しんだり。もちろんおいしい楽しいランチタイムも♪市民センターと一緒に楽しみませんか♪参加費400円です。お気軽にセンターまでお申込みください。

## ほのぼのルーム 5月24日(月) 10:00



毎月第4月曜日に保健士と看護師が来館します。赤ちゃんの身体測定や育児相談ができます。どうぞお気軽にお越しください。母子手帳をお持ちください。

四季おりおり

老木にまだ力あり花吹雪

仏花の水入れ替えて立夏かな

ひとり居の窓に落花の絵の様に

雨毎に芽立ちを競ふ庭木かな

待ちわびし春の日差しに肩ほぐす

まて貝の巢穴見つけて塩をふる

産着干す団地の空の鯉幟

石見人

夢

あや

小波

なつ子

佳壽子

薫

