



なかばる

北九州市立 中原市民センター
〒804-0012 戸畑区中原東2丁目2-35
☎ (FAX) 093-881-1038
<http://www.ktac01.net/toba/trcc>
発行責任者：佐藤 智美



生涯学習市民講座 ~3回シリーズ~ 春夏講座

～生ごみコンポストでめざす循環型生活～
◎2回目：コンポスト・フォローアップ



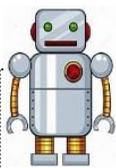
6月7日(金)、前回作ったコンポストの健康状態を、様々な要素から診断していただきました。受講生の皆さんはコンポスト・アドバイザーの方々に助言を頂き、一か月経過したコンポストに生じた様々な問題への対処法を学びました。

◎今後も市民センターでは、コンポスト関連のお悩みに対応し、毎月1回、フォローアップを継続して実施します。
7月8日(月) 10:00～12:00 第三集会室にて行ないます。
3回目リデュースクッキングは7/12(金) 10:00～13:00です。

☆日 時：7月13日(土) 9:30～12:30
☆場 所：中原市民センター 講堂・調理室
☆参加費：550円(保険料含。当日集めます。)
☆持ってくるもの：エプロン・三角巾・うわぐつ・手拭きタオル・すいとう



※ご案内は、学校を通じて配布しています。
※今回より参加受付は、**中原市民センター**来館又はお電話での受付となりますので、お間違いのないようお願い致します。



ロボットと遊びました～

6月8日(土)49名の子ども達が、九州工業大学の准教授花沢 明俊氏のご指導のもと、最先端のロボット技術を体験しました。顔認識ロボットを使ったリレー競走やタブレットで操縦するロボサッカーなどでロボットと親しみました。



ロボットの操縦は思っている以上に困難で、なかなか上手に操作が出来ず、夢中になって取り組み、あっという間の楽しい時間を過ごしました。

はるはる元気塾開催中!



10目

5月31日(金)、『高齢者の食育』と題して戸畑区役所の管理栄養士 石田 綾子氏のご指導のもと調理実習を行いました。減塩としっかりした味つけ。食感と食べやすさ。相反する要素を満たしつつも簡単に作れる料理を学びました。試食した受講生の皆さんに、笑顔が溢れていました。

20目

6月14日(金)、『すこやかヨガ』の指導者でもある小森 由恵氏のご指導のもと、ヨガの入門講座を行いました。先生の誘導に沿って、ポーズをとっていくごとに、可動域が広がっていくのは大変心地良く、心身共にリフレッシュできました!



中原乳幼児なんでも相談

日 時：7月26日(金) 10:00～11:30
内 容：歯の話と相談(歯科衛生士)・計測・相談
※保健師、子育てボランティアがお待ちしています。
※参加費無料、予約不要。母子健康手帳をご持参ください。



第3回!《スマホ入門講座》のご案内

日 時：7月31日(水) 10:00～12:00
持参するもの：資料代100円
スマホ、タブレット(※お持ちの方のみ)
講 師：スマホアドバイザー 小金丸 ひとみ氏



さっぱりと刈り込みました。

6/6(木)、市民センター周りの環境整備を行いました。
暑い中、ご協力ありがとうございました。



<p>中原小学校 7/19(金)終業式</p>	<p>中原中学校 7/12(金)学期末大掃除 7/16(火)～7/18(木)保護者会 7/19(金)終業式</p>
------------------------------------	--

31	30	29	28	27	26	25	24	23	22	21	20	19	18	17	16	15	14	13	12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1	7
水	火	月	日	土	金	木	水	火	月	日	土	金	木	水	火	月	日	土	金	木	水	火	月	日	土	金	木	水	火	月	月
ばるばる元気塾(3回目)	まちづくり協議会役員会				中原乳幼児なんでも相談		特定健診(結果返し)		鈴木(サロン)		鍋蓋・スリッパ卓球大会	ふれあい屋食交流会 中原小・中学校終業式	風船バレー(市民センター)		中原地区社会福祉協議会調整会議	海の日		生き生き子ども講座	(リデュースクッキング) 生涯学習市民講座春夏講座3回目	赤ちゃん交流会	特定健診		コンポスト・フォローアップ	あるきing&そうめん流し			風船バレー(市民センター)		まちづくり協議会代表者会議		行事予定