



# まち協だより

北九州市立 中原市民センター内  
〒804-0012 戸畑区中原東2丁目2-35  
☎ (FAX) 093-881-1038  
発行責任者：渡 邊 登

## ばるっこフェスタ

日時：3月28日(土) 10:00~13:30

会場：中原市民センター・本村公園

主催：中原校区まちづくり協議会 子ども部会

※詳細につきましては3月1日号で詳しくお知らせします！

楽しいこと  
いっぱい！

お楽しみに！

### 地域でGo!Go健康づくり ~口腔ケア~



1月23日(木)「健口ストレッチ講座・口腔ケア」を開催しました。

歯科衛生士の椎葉 雪美氏の講話があり、日常生活で無意識に動かしている唇や舌の動きについてユーモアたっぷりにお話いただきました。最後に皆さんが疑問に思っている質問に対して、参考になるアドバイスをいただきました。



### 風船バレー~今月の開催日

日時：2月6日(木)・2月27日(木) 13:30~

場所：中原市民センター 講堂

参加者  
募集中！

ふうせん  
バレー

北九州発祥のスポーツです。いっしょに参加してみませんか？  
※参加ご希望の方はセンターまでご連絡下さい。(TEL881-1038) <健康福祉部会>

### 将棋をしませんか？

中原市民センターで、将棋をする方を募集しています。

将棋に興味のある方、中原市民センターまでご連絡下さい！

お待ちしております。

連絡先~881-1038



### ふれあい昼食交流会

今月の開催日は2月21日(金)です。

☆今月は歯科衛生士の口腔指導があります☆

※今年も食生活改善推進員の方々が、皆さんの健康寿命をのばすため、バランスに配慮した献立を考えて調理して下さいます。地域の方々とのふれあいを楽しみましょう！



### 中原八幡宮「節分祭」

節分祭は古代より行われている行事で、豆をまく事で悪霊を退けるという厄除けの神事です。

当八幡宮では下記の日程で執り行います。

「厄年の方、年男、年女、など」舞台に上がって豆まきをしてみませんか。

2月3日(月) 19時~神事 豆まき

★祈願料 1万円(お弁当、お土産が有ります)

★お餅、豆等沢山まきますのでご参拝下さい。

令和2年1月吉日

中原八幡宮 宮 司 青木 信頼  
筆頭総代 秦 耕造  
(☎881-6840)



### 地域の集い 鈴輪

第9回目~1/20(月)に約25名が、西尾 潔氏のご指導により、健康で長生きするための講話と介護予防に効果的な体操をしました。みんな楽しそうに身体を動かしていました☆

<第10回目>  
日時：2月17日(月)  
13:30~15:00

場所：中原市民センター講堂  
内容：運動(輪投げ等)



みんな  
集まれ~

### ~北九州マラソン~ 今年も走ります！

2月16日(日)「北九州マラソン2020」が開催されます。

中原地区を走り抜けます

ので、皆さん、いっしょに熱い声援を送りましょう！

