



シンボルマーク

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



1回目 えいごであそぼう！

と き：7月11日（土） 9:30～11:30

ところ：中原市民センター 講堂

もってくるもの：タオル・うわぐつ・すいとう・マスク
50円（当日集めます）

締切日：7月7日（火）

※お申込みは、市民センターに来館または、お電話にて受付いたします。

※詳しくは学校配布のチラシをごらんください。



《熱中症に注意！！》

気温が上がり熱中症に気をつける季節です。
熱中症は屋外よりも屋内で発生することが多く、
昨年救急搬送した熱中症の約6割が屋内で発生しています。

- ◇ 室内の温度上昇を防ぐために、エアコンや扇風機を上手に活用してください。
- ◇ のどが渇く前に水分・塩分を補給し、隠れ脱水に注意しましょう。
- ◇ 屋外の夏場のマスク着用は、人との距離（2メートル）が保てる場合、マスクを外しましょう。
- ◇ 睡眠・食事をしっかりとって、規則正しい生活で体調を整えましょう。



生涯学習市民講座のご案内

充実シニアライフ講座第1回

音楽と健康講座

サロン事業や『鈴輪の集い』でもおなじみの音楽福祉士 菊池 一恵氏による健康運動です。リズムに合わせた無理のない運動、オーラルフレイルの予防などについて学びましょう！

日 時：7月10日（金）

10:00～12:00

参加費：無料 定 員：20人

場 所：中原市民センター 講 堂

講 師：音楽福祉士 菊池 一恵 氏



中原映画サークル 上映のお知らせ



イタリアのローマを表敬訪問した某国の王女と、彼女が滞在先から飛び出し一人でローマ市内に出たとき知り合った新聞記者との切ない24時間の恋を描いた作品です。

トレヴィの泉や真実の口などローマの名だたる観光スポットが登場します。

新聞記者をグレゴリー・ペック、アン王女を当時新人だったオードリー・ヘプバーンが演じました。

日 時：7月30日（木）13:30～

タイトル：「ローマの休日」1953年公開

監 督：ウィリアム・ワイラー

出 演：グレゴリー・ペック

オードリー・ヘプバーン

エディ・アルバート ほか



※新型コロナウイルスの状況により変更の可能性があります。

漫画の街北九州 発信！

キタキュウ 親力アップ漫画

Check!!

子育てのコツとヒント

北九州市ホームページで配信中！！
アニメーション版（2話）も
「キタキュウ地域・人づくりチャンネル（YouTube）」で配信しています。こちらも是非ご覧ください！

QRコード

キタキュウ地域 人づくりチャンネル

「コロナ対策」うたう商品のトラスルに ご注意！

ネット通販ではメタノールを主成分とするアルコール商品や、手指の消毒に適さない成分を含む消毒用商品も多く出回っています。

●除菌や消毒をうたう商品の購入時には、成分・使用できる場所・希釈するのかそのまま使用するのか等、表示や効能をよく確認しましょう。

●「新型コロナに効く」との科学的根拠のない表示に注意しましょう。

●不安な時には消費生活センターに相談してください。

北九州市消費生活センター【ウェルとばた7F】TEL 861-0999
消費者ホットライン TEL 188（いやや）



中原乳幼児なんでも相談

7月はお休みです



市民文化スポーツ局生涯学習課 ☎：093-582-2385

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
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	日	土	金	木	水	月
	映画サークル（上映会）	ケア・トランポリン中止 集団特定検診（結果返し）中止	まちづくり協議会役員会				スポーツの日	海の日	ケア・トランポリン中止	中原地区社協連絡調整会議	鈴輪（サロン）			ふれあい昼食交流会中止	風船バレー	ケア・トランポリン中止 				生き生き子ども講座 （えいごであそぼう！）	ばるばる元気塾（音楽と健康）		ケア・トランポリン中止	まちづくり協議会代表者会議		あるき i n g & そうめん流し中止			風船バレー	ケア・トランポリン中止	行事予定