令和３年８月１日発行　　市民センターニュース５４０号

なかばる

シンボルマーク

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.ktqc01.net/toba/trcc
発行責任者：佐藤　智美

生き生き子ども講座

４回目　ＵＶレジンでチャーム作り

ＵＶレジンを使って、キーホルダーを作ります。

○日　時：8月7日（土）９：３０～１１：４５
○材料費：３００円　保険料：５０円　当日集めます。

クッブを体験しよう！

６月２６日（土）１９人の子どもたちが、「私たちの未来環境プロジェクト」代表 池本 真一 先生ご指導のもと「クッブ」を体験しました。ルールの理解も早く、チームで作戦をたてるなど工夫も見られ、総当たり戦を楽しみました。

子どもうどん教室

７月１７日(土)２０人の子どもたちが、柏田 勝・工藤 順子 先生ご指導のもと、粉に塩水を入れ、混ぜて捏ねた生地をビニール袋に入れて、よく踏んでコシを出し、麺棒で薄く伸ばし、包丁で切って麺が完成しました。持って帰ったうどん玉、おうちの人と美味しく食べたかな？

八幡西生涯学習ボランティア養成講座

すぐそばにある ボランティア

ボランティアに関心はあるけれど、はじめの一歩が踏み出せない‥
そんなアナタのための講座です。

●日　　程　　9月8日・１５日・２２日・２９日（全て水曜日）
　　10:00～12:00　　●申込締切　　8月２５日（水）
●会　　場　　コムシティ内　５階５０１会議室
●受 講 料　　無　料　　（八幡西区黒崎3-１５-3）
詳細は　北九州市八幡西生涯学習総合センター　☎　641－9360へ

中原映画サークル　上映のお知らせ

日　　時：8月１７日（火）１３：３０～
タイトル：『嵐が丘』１９３９年公開
監　　督：ウィリアム・ワイラー
出　　演：ローレンス・オリヴィエ　ほか

生涯学習市民講座のご案内

今秋・冬の生涯学習市民講座のラインナップはごらんのとおりです。

なかばる健康促進講座（ばるばる元気塾後期）

日時	講座名	材料費 保険料
9月　2日（木）　13:30～15:30	スローモーションウォーキング	無料
9月　14日（火）　10:00～12:30	ハンドメイド雑貨＆スイーツ	500円
11月　4日（木）　10:00～12:00 13:30～15:30	麹スイーツに挑戦	800円
11月　26日（金）　10:00～12:00	スイーツ講座	1000円
12月　14日（火）　14:00～15:00	健康は足から～あなたの足は大丈夫？～	無料

クレイアート講座（生涯学習秋冬講座）

日時	講座名	材料費 保険料
10月　8日（金）　10:00～12:00	すてきなお花づくり	1500円
11月　12日（金）　10:00～12:00	干支の置物づくり	1000円

スローモーションウォーキング

日　時：9月2日（木）　　１３：３０～１５：３０
参加費：無料　　定　員：２０人
持参品：マスク・筆記用具
　　自律矯正歩行協会 インストラクター
講　師：竹末 かなえ 氏

※新型コロナウイルスの状況で変更の可能性があります。

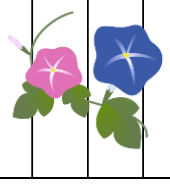
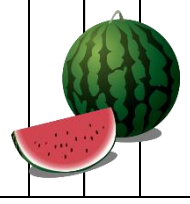
ハンドメイド雑貨＆スイーツ

日　時：9月１４日（火）　１０：００～１２：３０
材料費：５００円　　定　員：２０人
持参品：マスク・筆記用具・エプロン・三角巾
　　西部ガス（株）イベント・地域ＰＲ業務
講　師：國丸 みどり 氏

※牛乳・小麦粉・卵・苺を使用しています。
※新型コロナウイルスの状況で変更の可能性があります。

表情筋、引き締めました！

７月９日（金）、フェイシャルヨガ認定インストラクター 三嶋 尚子 氏ご指導のもと、顔ヨガを学びました。

受講後、前頭筋、側頭筋の緊張が解れ、眼輪筋が引き締められたことで、受講生の皆さんの口角があがり、額のしわやほうれい線が薄くなり、より一層若々しくなりました。

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	8
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	日	月
まちづくり協議会役員会					中原小・中学校始業式		中原地区社会福祉協議会連絡調整会議							映画サークル（上映会）								振替休日	山の日	生き生き子ども講座（ＵＶレジン）	中原地区社会福祉協議会役員会議			まちづくり協議会代表者会議			行事予定