



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
発行責任者：佐藤 智美



生き生き子ども講座

おいしいミルク餅を作りました！



1月8日(土) 23人の子どもたちが、生涯学習コーディネーター 寺沢 由紀氏ご指導のもと、2部4班に分かれてミルク餅づくりに挑戦しました。
材料の計量から始めて手鍋で加熱しながら、木べらで練り上げて美味しいミルク餅を作り上げました。

人権市民講座 家庭教育学級 LGBT わたしらしく生きる

1月15日(土) LGBTQ支援任意団体 I'm me 代表理事 ROSE氏をお招きして、人権市民講座・小学校家庭教育学級を開催しました。

性的マイノリティの一人として、ありのままに生きる自身の姿を、知ってもらおうと活動しているROSE氏の言葉や、ギターの弾き語りを織り交ぜて紹介される様々な体験談を通して、寄り添う心の大切さ、自分らしく生きられる社会構築の必要性について、強く訴えかけるメッセージを受け取ることが出来ました。受講された地域の皆様からも様々な反響の声をいただき、素晴らしい講座となりました！また、中原小学校 小峰 浩幸校長、中原小学校成人委員長 有久 幸絵氏、中原小学校PTA会長 古賀 丈太氏より一言ご挨拶を頂きました。



中原映画サークル 上映のお知らせ

日時：2月15日(火) 13:30～

タイトル：『駅馬車』 1939年公開

監督：ジョン・フォード

出演：ジョン・ウェイン ほか

※新型コロナウイルスの感染状況により変更の可能性があります。



センター利用者の皆様へのお願い

日頃より、センター運営にご協力いただき誠にありがとうございます。ご存知の通り当センターは、駐車スペースが狭く、皆様には大変ご迷惑をおかけしております。できる限り乗り合わせや徒歩での来館のご協力をお願い申し上げます。



生涯学習市民講座のご報告 ハンドメイドとスイーツ作りに挑戦しました！

12月10日(金) 西部ガス(株) イベント・地域PR業務 斎藤 葵 氏ご指導のもと、ドライフルーツと練乳を使ったシフォンケーキとドライフラワーで飾ったフォトフレームの作り方を学びました。



健康は足から！あなたの足は大丈夫？



12月14日(火) 市立八幡病院副院長 岡本 好司 氏ご指導のもと、「健康は足から」と題して、人体における足の役割、歩く事と健康維持の密接な関わりなど、病気や治療についてわかりやすく学びました。

クラブ登録説明会及び防災訓練

1月11日(火)、クラブ代表者及びまち協役員のご協力のもと防災避難訓練を行いました。本村公園で全員の安否を確認した後、戸畑消防署より『役割分担された速やかな避難が出来ていた』との講評を頂きました。また、消火器の使用の手順「ピノキオ」について教わりました。

ピンを抜く。
ノズルを持つ。
キ持ちを落ち着ける。
オす。(レバーを)



令和4年度クラブ登録について、活動要綱や活動における留意事項について確認を行い、ご理解を一層深めていただきました。

40歳以上で市内在住の方

健康マイレージ応募締切迫る 令和4年2月28日まで 応募前にご確認を！

- ① けんしん(検診・健診)を受けましょう！
- ② 健康づくりの目標を3つ以上立てて、1カ月以上実践し、取り組み後の結果を記入しましょう！(体重・血圧・塩分チェックは必須です)

10ポイント以上でご応募できます！

郵便ポストに投函する際は、63円切手をお忘れなく。市民センター・地域交流センター(一部を除く)各区社会福祉協議会に設置の応募箱もご利用ください。



お問合せ 北九州市健康づくりインセンティブ事業事務局
TEL: 961-0717 FAX: 961-1118 まで

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	2
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
生涯学習市民講座(脳トレスマホ)					天皇誕生日	まちづくり協議会役員会	生涯学習市民講座(脳トレスマホ)	北九州マラソン中止		ふれあい昼食会中止	風船バレー(市民センター)	ケア・トランポリン	映画サークル上映会 中原地区社会福祉協議会連絡調整会議中止			民生児童委員定例会	建国記念の日		ケア・トランポリン			未来の種事業 ブレバるっ子フェスタ		中原地区社会福祉協議会役員会議中止	風船バレー(市民センター)	ケア・トランポリン	まちづくり協議会代表者会議	行事予定