



なかばる

北九州市立 中原市民センター
〒804-0011
戸畑区中原西3丁目2-1
☎(FAX) 093-881-1038
発行責任者：中島 うめ子



生き生き子ども講座

かるたで防犯をまなびました！



7月13日(土)17人の子どもたちが、戸畑警察署署員と少年補導員の皆さんの指導の下、防犯かるたを楽しみました。4グループに分かれて、かるたとりリレーや、個人戦などを行い、ゲームをとおして防犯意識を大いに高めることができました！ご指導いただきありがとうございました。

☆8月の生き生き子ども講座はおやすみです☆

《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、救急搬送した熱中症の約6割が屋内で発生しています。



- ◇屋内の温度上昇を防ぐため、エアコンや扇風機を活用しましょう。
- ◇のどが渇く前に水分・塩分を補給しましょう。
- ◇屋外の夏場のマスク着用は、人との距離(2m)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、体調管理を心がけましょう。



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以下のとおりです。

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 6日(金) 10:30~13:00	2種のパンとお菓子づくり	500円
11月 18日(月) 10:00~12:00	ピラティス体験	50円
12月 9日(月) 10:00~11:30	糖尿病のお話	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 15日(火) 10:00~12:00	クレイアート講座(お花づくり)	1500円
11月 22日(金) 10:00~12:00	クレイアート講座(干支の置物)	1200円

※：「2種のパンとお菓子づくり」のみ8月1日(木)から。それ以外の講座は9月17日(火)より予約受付開始です。

2種のパンとお菓子づくり

2種類のパンとお菓子(黒糖まんじゅう)を作ります。小麦粉・バター・くるみ・黒豆を使用しますので事前にアレルギーの有無をお知らせください。

日 時：9月6日(金) 10:30~13:00
参加費：500円

西部ガス(株)北九州支社地域PR業務

講 師：齊藤 葵 氏



小倉織縞縞でパスケースを作りました！

7月9日(火)、日本ヴォーグ社 カルトナー・ジュ講師 脇迫 志織 氏ご指導のもと、小倉織縞縞を使ってパスケースを作りました。



閉館時刻変更のお知らせ

市民センターの閉館時刻を下記の日程において変更します。

- 1 日程 **令和6年8月13日(火)~15日(木)**
- 2 閉館時刻 **17時**(開館は通常通り9時)

中原乳幼児なんでも相談

日時：8月23日(金) 10:00~11:00
内容：計測・相談 ※参加費無料、予約不要。
保健師・看護師等がお待ちしています。
バスタオル・母子健康手帳をご持参ください。
お問合せは戸畑区役所保健福祉課地域保健係 ☎:871-2331 まで



中原映画サークル 上映のお知らせ

日 時：8月13日(火) 13:30~
タイトル：『市民ケーン』1941年公開

※事前予約は不要です。当日来館大歓迎です！



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
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	土	金	木	月
	ばる つち ゃる ー ム			まち づく り協 議 会 役 員 会 議			(地 域 で G o G o 健 康 づ く り (ニ ュ ー ス ポ ー ツ バ ッ グ ー)	乳 幼 児 な ん で も 相 談			社 会 福 祉 協 議 会 連 絡 調 整 会 議		夏 ま つ り 片 付 け ・ や ぐ ら 解 体	中 原 夏 ま つ り (二 日 目)	中 原 夏 ま つ り (一 日 目)	閉 館 時 間 変 更 (午 後 5 時 閉 館)	閉 館 時 間 変 更 (午 後 5 時 閉 館)	映 画 サ ー ク ル (市 民 ケ ー ン) 閉 館 時 間 変 更 (午 後 5 時 閉 館)	山 の 日 夏 ま つ り 準 備 ・ や ぐ ら 組 立	民 生 委 員 ・ 児 童 委 員 定 例 会		社 会 福 祉 協 議 会 役 員 会 議			まち づく り協 議 会 代 表 者 会 議				ば る つ ち ゃ る ー ム		行 事 予 定