



センターだより

青葉台
笑顔で
あさつ
こんにちは



令和7年12月1日発行(第319号)

青葉地区まちづくり協議会
北九州市立青葉市民センター
若松区青葉台西1-14-1
TEL:(093)742-5331
FAX:(093)742-5332
発行責任者 館長 光安 季子
e-mail アドリス ao-sf@ktqc03.net
<http://www.ktqc01.net/waka/aosf>

青葉市民センター 検索

青葉市民センター文化祭 11月8日(土)

今年の文化祭は、昭和100年の節目ということで「あの頃は青春だった!!昭和をなつかしむ文化祭」をテーマに、昭和を思い出す多くのイベントを実施しました。昭和を堪能できる作品展示から、昭和の曲に合わせて踊るダンス、ステージ最後は、「昭和歌謡祭」と銘打ってホール全員で昭和の歌を合唱しました。みなさん「若返ったね」と言って満足されたようでした。

クラブ協議会のスタッフのみなさん、かかわられた多くのみなさんお疲れさまでした!



妊産婦・乳幼児なんでも相談



12月5日(金)10:00~11:30
(受付は11:00まで)

※ 母子手帳とバスタオルをご持参ください

たくさん友達つくる会

『ねんねこ会さんのクリスマス会』

12月19日(金) 10:00~12:00

(定員) 乳幼児親子15組

(申込方法) 12月1日(月)から来館または

お電話にてお申し込みください



午後の映画のひととき

『モロツコ』

12月11日(木) 13:30~15:30

(定員) 50名

★来館またはお電話にてお申し込みください

主催:青葉市民センター/青葉地区まちづくり協議会



青葉塾

『続・私の生き方講座』

12月18日(木) 10:00~12:00

(定員) 50名

(申込方法) ただ今受付中です!

来館またはお電話にてお申し込みください



講座案内

プレイキッズ・青葉



『からだぽかぽか風船バレー』

12月20日(土) 10:00~12:00

※ 詳しくは青葉小学校からのチラシをご覧ください

※ 1月17日(土)に開催される“にこにこ駅伝”の参加者も募集中です!詳しくは青葉市民センターまで



1/5まで受付! 北九州市民カレッジ

地域づくり実践講座



地域課題の捉え方や、その解決の手法としての「協働のまちづくり」について学びます。

まちづくりの担い手の育成や、「こどもまんなか」のまちづくりについて、考えていきましょう。

【コーディネーター・講師】

認定 NPO 法人好きっちゃ北九州

理事長 入門真生さん



【日程】

①1/24 ②2/14 ③2/28 土曜日 14時~17時

【受講料】

全3回 2,000円 スポット受講1回 1,000円

※会場はそれぞれ、小倉北区・八幡東区・戸畑区で行います。

詳細は 市立生涯学習総合センター(571-2735)へ

12月の行事予定

4日	木	社協 昔なつかし歌声サロン
5日	金	妊産婦・乳幼児なんでも相談
6日	土	青葉地区まちづくり協議会定例会
9日	火	社協 楽器する人この指とまれ！
11日	木	社協 家庭のための介護・医療講座 『衣類の着脱について』
		午後の映画のひととき 『モロッコ』
13日	土	青葉ふれあい餅つき大会
16日	火	ふれあい昼食交流会
18日	木	青葉塾 『続・私の生き方講座』
19日	金	～乳幼児対象～たくさん友達つくる会 『ねんねこ会さんのクリスマス会』
20日	土	プレイキッズ・青葉 『からだぽかぽか風船バレー』
		月例ウォーキング 『花野路公園・アッシーグラウンド』
		センター前門松づくり

年末年始のお知らせ

- ・12月27日(土)は17時に閉館します。
- ・12月28日(日)～1月4日(日)まで閉館します。
1月5日(月)より開館します。

掲示板おたすけ隊

12月10日(水)・12月24日(水) 10:00～12:00
折り紙などを折って、センターの掲示板や館内を
彩ります。一緒に活動してみませんか？



ひまわり文庫

11月18日(火) 本の入れ替えをしました。
1人4冊まで、2週間借りることができます。
ぜひご利用下さい。



R8年度 クラブ登録説明会

1月31日(土) 10:00～12:00

R8年度のクラブ登録説明会を行います。
継続するクラブの方、新規に活動するクラブ
の方は参加をお願いします。



10月・11月講座報告

プレイキッズ・青葉

『ハロウィンウォーキング』10/25(土)

雨の心配もありましたが、可愛い衣装をきてくれた青葉の子どもたちが、元気に公園めぐりをしました。ハロウィンの飾り付けをした公園があり、そこにいくとみんなに負けないくらいの衣装をした地域の方が、優しくお菓子を配ってくれました。クイズに答えたり、遊具で遊んだり、普段とは少し違って見える公園にみんな笑顔いっぱいでした。
たくさん歩いて市民センターにゴールしたあと、あたたかくておいしいかぼちゃの
カレーを食べてパワーアップしていました！



金融経済教育講座

『知っておきたいお金の話』11/12(水)

『豊かな老後のために知っておきたいお金の話』の講座を行いました。
11月12日(水)20名の方が参加され、内容も分かりやすく、今後(老後)の資金計画に参考になり、勉強できて良かった等の意見があり、好評でした。



人権市民講座

『食を通じて多文化を知ろう』11/15(土)

インドネシアの留学生の方々をお招きして、本場インドネシア料理のナシゴレン、タフイシを作りました。料理に入る前にインドネシアのビデオ鑑賞とインドネシアの事情をユーモアに説明して頂きました。その後、みなさんと料理教室です。ナシゴレン(インドネシアの焼き飯料理)は耳にすることはありますが、作る事は初めて！作る工程もおおらかで違いがありました。タフイシ(厚揚げに野菜を詰めて揚げたもの)は、留学生のみなさんに身振り手振りでお話しながら、丁寧に教えて頂き楽しく触れ合いました。

参加者の方より、「交流は楽しかったです。互いを知ることが人権意識の向上につながるのだと！地域には多くの国の方が来られていますので、特にそう思います。」との感想を頂き有意義な時間を過ごして頂きました。





青葉地区まちづくり協議会だより



発行責任者：今村 史子
連絡先：090-2510-1876

「青葉ふれあいもちつき大会」

子どもさんもつけますよ♪



12月13日(土) 青葉台中央公園グラウンド

10時～ もちつき開始

恒例の「青葉ふれあいもちつき大会」を開催いたします。昔ながらの杵と臼でつく「もちつき」を行い、伝統を継承しています。

みなでもちをついて、きなこ、あんこ、おろし大根などで、おいしいお餅を食べましょう。

老若男女みなさんのご参加お待ちしております。



「門松づくり」

12月20日(土)9:00～青葉市民センター前

大門松をつくります。青葉台の門松の匠から、作り方の継承もあります。



興味ある方、一緒に作ってもませんか？

「青葉どんと焼き」

1月10日(土) 青葉台中央公園グラウンド

まち協主催で2回目の取り組みです。正月飾りや書初め、1年お役目を果たしたお守りなど、燃やして、新しく今年1年の幸せを願いましょう。

燃やすものについているビニールやプラスチックは、あらかじめ外しておいてください。

1月号にて、再度お知らせいたします。



◆地域育成部会◆

青葉にこにこ駅伝第14回大会

令和8年1月17日(土) 9:30スタート

会場：青葉台中央公園グラウンド

参加賞あります！

☆出場チーム募集☆

2名以上何人でもOK！

申し込み方法：青葉市民センターに来館

応募締切：12月26日(金)

代表者会議：令和8年1月8日(木)19:00～
青葉市民センターにて



◆保健福祉部会◆

月例ウォーキング

12月20日(土) 9:00 青葉市民センター集合

9:20 出発

※ 小雨決行

(雨天の場合はニュースポーツを行います)

行き先：花野路公園・アッシーグラウンド 4km



◆食生活改善推進員協議会◆

ふれあい昼食交流会

日時：12月16日(火) 11:30～

場所：青葉市民センター 多目的ホール

定員：20名(概ね65歳以上の方)

申込方法：青葉市民センターに来館または
お電話にてお申し込みください。

参加費：500円 ※当日徴収します。



◆青葉台地区社会福祉協議会◆

昔なつかし歌声サロン

日時：12月4日(木) 13:30～14:30

場所：青葉市民センター 多目的ホール

対象：どなたでも

※ お飲み物をご自身でご用意ください。

出前サロン 楽器する人この指とまれ

日時：12月9日(火) 13:30～14:30

場所：青葉市民センター 会議室

対象：65歳以上の方

※ お飲み物をご自身でご用意ください。



古紙回収状況

センター事務室にお声かけ下さい



『10月分のリサイクルの回収は 1,075 kg』

みなさまのご協力ありがとうございます。

☆ごみの減量やリサイクルを推進するために、段ボール・古紙・古着・紙パック・小物金属・小型電子機器・充電式電池等の回収ボックスを設置しています。

段ボールはまとめ、古着(寝具、着物不可)は透明な袋に入れてください。

☆古紙回収の収益は、まち協のそうめん流し・夏まつりなどの行事にも活用されています。今後とも協力をお願いいたします。

回収時間 平日 9:00～20:30

土曜日 9:00～16:30 (日・祝日休)

※ 12/28～1/4 は市民センターの休館日です。

古紙・古着の放置は絶対にしないでください。



シニア合唱団「青葉ドリーム」活動報告

11月9日(日)第2ひびき学園の学園祭に参加して来ました。
なつかしい歌を歌って、会場の皆さんと楽しい時間を過ごしました。



『青葉ドリーム』団員募集！

合唱団員を募集しています。毎月 第1、3火曜日 10:00～11:30
青葉市民センターで練習しています。こころと身体の健康のため、
和気あいあい楽しい練習です。是非、一緒に歌いませんか？



青葉台歩きing 2025

10月25日(土)朝より小雨がパラついていましたが、開催中は天気恵まれウォーキング日和でした。今年は初めて青葉小PTAとのコラボ企画で、短距離公園めぐりコースにハロウィンウォーキングも同時開催しました。市民センターと、西1、西5、西6公園では、にぎやかなハロウィンの飾りつけもあり、魔女も登場して参加者を楽しく盛り上げてくれました。仮装した公園スタッフと道路横断見守りボランティアさんのおかげで事故もなく楽しくウォークできました。

長距離は芦屋はまゆう公園まで行き、愛の鐘を響かせ、海の波に心癒されました。歩いた後は食進さんの美味しい「かぼちゃカレー」を頂き、心もおなかも満たされました。皆様、たくさんのご協力ありがとうございました。



健康だより

インフルエンザ予防のために

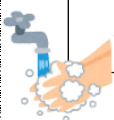
1

可能な限り早く「ワクチン接種」
(65歳以上は1500円)
ワクチンが効くのは2週間以降で、
効果は3～5ヶ月つづきます。



2

こまめに「手洗い・うがい」は、
とても効果的。



3

部屋の「加湿・換気」も大切

ウィルスの活動が抑えられるのは、
20～25℃、湿度50～60%
換気は1～2時間に1回



4

じゅうぶんな「休養と栄養」をとり、
免疫力を高めましょう。



5

人混みを避け、マスクを
しましょう。

