

令和5年12月1日発行

【開館時間】

月～金 9:00～22:00

土 9:00～17:00

【休館日】

日曜・祝日・年末年始

市民センターだより

第140号

こうとく



北九州市立広徳市民センター
〒802-0974

小倉南区徳力6-3-2

TEL: 964-0031 FAX: 964-0032

E-mail: koutoku-sc@ktqc01.net

発行責任者

山本 泰史

広徳市民センター閉館時刻変更のお知らせ

以下の日程において、閉館時刻を変更します。

(通常22時)

日 程：令和5年12月28日(木)
令和6年1月4日(木)

閉館時刻：17時(開館は通常通り9時)

市民講座

ギラヴァンツ北九州シニア健康教室

定員先着20名

楽しく体操を続けて、ケガを防ぎ、健やかに日常を過ごせる体を作ります。心と体の健康維持を増進させましょう。

令和6年2月20日(火)

10:00～12:00



参加費：無料

持ち物：タオル、飲み物、運動できる室内靴 動きやすい服装

申込み：広徳市民センターまで
お電話もしくは直接どうぞ

☎093-964-0031

12月の予定 予定は変更になる場合があります

2(土) こうとく文化祭①

3(日) こうとく文化祭②

6(水) 安全安心パトロール(昼間見守り)
地域別研修会(徳力地域交流センター)

7(木) 健康づくり交流会

14(木) 乳幼児相談
安全安心パトロール(夜間防犯)

18(月) 市民講座(冬の薬膳)

20(水) 安全安心パトロール(昼間見守り)

22(金) 広徳小学校・中学校終業式

28(木) 仕事納め(17時閉館)

注) 12/29(金)～1/3(水)は年末年始休館日です



令和5年度 こうとく文化祭

12月2日(土)・3日(日)



12/2(土)10:00～16:30

終日	クラブ・校区・市民センターパネル展示 クラブバザー、喫茶コーナー
10:00	子ども講座(スポーツチャンバラ)
13:00	人権コンサート(アンサンブルコンサート)
15:00	社交ダンスパーティー

12/3(日) 10:00～13:30

終日	クラブ・校区・市民センターパネル展示 クラブバザー、喫茶コーナー
10:00	開会式、ステージ発表
13:00	お楽しみビンゴ大会



フリースペースほかほか 指定木曜日 10:00～12:00

すべり台やトランポリンなど大きな遊具や木のおもちゃを準備しています。

●今年度は予約制です。

予約期間 前回の開催日～開催日の前日まで

日程と内容	1月18日(木) 読み聞かせ
	3月21日(木) 3B体操

【ご予約・お問合せ】広徳市民センター☎093-964-0031



広徳市民センター 妊産婦・乳幼児なんでも相談

毎月第2木曜日 10:00～11:30 (受付時間 10:00～11:00 まで)

※事前予約は不要です

内容 妊産婦の健康相談、乳幼児の身長・体重測定と育児相談

会場 広徳市民センター 多目的ホール

持ち物 母子健康手帳、バスタオル(身体計測の際に使用します)

開催日 令和5年12月14日

令和6年1月11日、2月8日、3月14日

校区のお知らせ

広徳校区まちづくり協議会 <予定は変更になる場合があります>

○安全安心パトロール

地域の防犯、子ども達の安全のため、防犯パトロールや下校時見守りを行っています。みなさまのご協力をお願いします。

内容	12月
防犯パトロール 19:30~	14(木)
見守り 14:45~	6(水) 20(水)



※天候不順などで、実施状況が不明の場合はお問合せ下さい。
【問合せ先】広徳市民センターTEL:964-0031

- 10月1日、広徳校区の生活安全パトロール隊が福岡県から表彰されました。10月20日、地域安全・暴力追放運動小倉南区民大会において、校区のパトロール隊長が校区パトロール隊の活動紹介を行いました。

広徳健康づくり事業

広徳ウォーキングの会

動かないことによる生活不活発の予防に！いつもの散歩より、ちょっとだけ頑張っ、健康づくりを心がけ、楽しく歩きませんか。

《今後の予定》

12月21日	北九州空港付近を歩こう
1月4日	三社詣りと昼食交流
2月22日	夜宮公園で梅の花見を
3月28日	足立森林公園で桜の花見を

※予定は変更になることがあります。

古紙回収にご協力ください

市民センター古紙回収庫のご利用をお願いします

～新聞・チラシ 雑誌 段ボール 雑がみ～
利用時間 ◆月～金 9:00～21:00
◆土 9:00～16:00
日曜日・祝日・年末年始はお休みです

古紙回収奨励金は、町内活動や校区の『夏まつり』、『運動会』などの大切な活動資金です。資源の有効活用と地球温暖化防止、町内や校区活動の活性化のため、皆さまのご協力をお願いします。

ぜひ、町内の古紙回収や市民センターの古紙回収保管庫をご利用ください。



○雑がみも古紙回収に！

紙袋や半透明のポリ袋に入れて、中身が出ないようにして古紙回収に出してください。

《雑がみとは》

お菓子や薬などの外箱、紙袋、ティッシュペーパーの空き箱、台紙、トイレトペーパーの芯、ポスター、パンフレット、投げ込みチラシ、小さな紙切れ、家庭のシュレッターくず、はがき、ダイレクトメールなどの封筒などです。

校区健康づくり事業 地域でGO!GO!健康づくり

小倉南区保健福祉課から校区健康づくり委員会へ「我がまちの健康づくり自慢」をテーマとした川柳の募集がありました。委員会メンバーから集まった川柳の中から、健康づくりの周知に活用するための校区代表の一句を選定しました。みなさんの力作全12句はセンターに掲示しています。ぜひ、ご覧ください。

- 🌸 皆で歩こう モノレール浴い 体重も減少
- 🌸 薬より 足腰鍛えて 笑う声
- 🌸 腹八分 続けてあなたも ビューティフル
- 🌸 めか漬けを 毎日食べて 腸キレイ
- 🌸 ラジオ体操 来るときはステッキ付いて 帰りは忘れてた
- 🌸 健康体操 屈伸運動 付き添いが
- 🌸 椅子に座って きたきゆう体操 転倒防止
- 🌸 器具よりも サプリメントよりも ウォーキング
- 🌸 早起き ラジオ体操で 健康維持
- 👑 欲張らず ストレスなくせば 健幸に
- 👑 続けよう 毎日日課の ウォーキング
- 👑 ウォーキング 歩く距離長く ブーイング

広徳校区健康川柳