



### 市民講座

知って得するながお健康講座

## チーズを美味しく楽しむ会

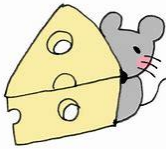
「乳の食育」雪印メグミルク食コミュニティ

【日時】5月29日(水)10:30~12:00

【場所】長尾市民センター 大小会議室

【参加費】500円

【定員】20名



※申し込み・問い合わせは市民センターへ



小倉祇園太鼓 400周年行事

## おぎおん太鼓塾

【日時】6月1日(土)10:00~12:00

【場所】長尾市民センター 多目的ホール

【参加費】無料 【定員】20名

【対象者】小学生(保護者見学歓迎!!)

【持ち物】タオル・水分補給のための飲み物  
動きやすい服装で来てね♪

※申し込み・問い合わせは市民センターへ

## 新年度ご挨拶

風薫る五月、こいのぼりが  
勢いよくひるがえる季節

長尾市民センターでは新しい職員を迎え、気持ち新たに  
新年度をスタートしました。本年は平成から令和に変わる  
年、職員一同笑顔あふれる、元気で明るいセンターを目指  
して頑張っていきたいと思えます。

四月より新しく入りました「傍田(そばた)」と言いま  
す。よろしくお願いいたします。

長尾市民センター

館長  
昼職員

夜職員

(新)

林田 直美  
山川 昌代  
栖川 智恵美  
傍田 智美  
木原 安晴  
北村 憲治  
松尾 幸子  
坂口 常子  
小森 淳子  
川崎 紀子



## 長尾小学校 新一年生 69名 ご入学おめでとうございます!!

4月10日(水)長尾小学校の入学式が行われ  
ました。翌日から「長尾小PTA」と「腕ま  
くりたい」の皆さんが通学路の危険個所に立  
って子どもたちの登下  
校の見守り活動を行いま  
した。



ご協力ありがとうございました。

## 包丁研ぎ

地域のボランティア  
の皆さんが、ご家庭でお  
使いの包丁を研いでく  
れます。



【日時】6月6日  
9:00~11:00

【料金】一本 100円  
※持ち込みは包丁のみ

4月14日(日)紫川桜橋付  
近に長尾・長行・広徳の3校  
区の子どもたちが合同で、こ  
いのぼりを掲揚しました。



一見の価値あり!!  
壮大な景観を見に足を運んで  
みませんか?

## 紫川こいのぼりまつり

## 水辺の楽校

4月20日(土)校区の子ども  
たち31名が参加し、ボラン  
ティアの皆さんと一緒に紫川河  
川敷の掃除とアユの放流を行  
いました。ご協力ありがとうご  
ざいました。



### センターからのお知らせ

●ワンコインパーティー  
ボランティアグループ  
ミニグラウンドゴルフ大会&交流会  
地域でのボランティア活動に興味のある方は、  
ぜひご参加ください。

【日時】5月22日(水)9時

【場所】長尾6丁目公園

※雨天時は9時30分に市民センター集合

【参加費】500円

※参加費を添えて5月14日(火)までに  
市民センターまでお申込みください。

【参加ボランティア団体】

・腕まくりたい男性ボランティア

・うりぼうボランティア(子どもの生活支援

・影絵NAGAO(影絵の上演など)

・包丁研ぎボランティア(包丁研ぎ)

・ロングテール絵本の読み聞かせ)

●クラブ協議会グラウンドゴルフ大会

【日時】6月5日(水)8時30分集合

【場所】長尾高野中央公園グラウンド

※詳細は各クラブのファイルへお手紙を  
挟みます。

### 地域からのお知らせ

●八坂神社例大祭 前夜祭  
【日時】5月4日(祝)・土 18時  
【場所】八坂神社拝殿  
※神事が執り行なわれます。

●八坂神社例大祭

【日時】5月5日(祝)・日 12時30分

※長尾・溝尻・能行・祇園町・伊崎の子  
どもたちが山車を引いて歩きます。

(雨天決行)

●八旗八幡神社 祈念祭り

【日時】5月25日(土)14時

祭典後、拜殿にて神社についての講演が  
あります。

●長尾小学校運動会

【日時】5月19日(日)9時

【場所】長尾小学校グラウンド

●長尾校区ソフトバレーボール大会

【日時】5月26日(日)8時30分

【場所】長尾小学校体育館

## 資源のリサイクル

ありがとうございます!!  
ご協力ありがとうございます!!



長尾校区 平成30年度  
213,300 kgのリサイクル・奨励金 507,030 円

※下記の団体でも回収を行っています。

- ・長行台町内自治会・長行緑光苑町内自治会・溝尻町内会
- ・祇園町町内会・菅生台町内自治会・長尾新町町内会
- ・高野団地町内会・長尾子ども会・高野北町町内会
- ・桜橋緑光苑(年長者の会、子ども会)
- ・高野町内自治会・能行公民館



【古紙回収時間】※日・祝日は回収しません。  
《月~金》9:00~22:00 《土》9:00~17:00





# 5月の行事予定



| 日  | 曜 | センター行事                    | 地域行事                       | 日  | 曜 | センター行事                               | 地域行事                     |
|----|---|---------------------------|----------------------------|----|---|--------------------------------------|--------------------------|
| 1  | 水 | 休館日                       |                            | 16 | 木 | 市社協高齢者支援「ぼかぼかクラブ」                    | 安心安全パトロール                |
| 2  | 木 | 休館日                       |                            | 17 | 金 | 子育てサークル「プレイセンターながお」                  |                          |
| 3  | 金 | 休館日                       |                            | 18 | 土 |                                      |                          |
| 4  | 土 | 休館日                       | 八坂神社例大祭前夜祭                 | 19 | 日 | 休館日                                  | 長尾小学校運動会                 |
| 5  | 日 | 休館日                       | 八坂神社例大祭(祇園祭)               | 20 | 月 | フリースペースバンビーズ                         |                          |
| 6  | 月 | 休館日                       |                            | 21 | 火 | 市社協高齢者支援「ぼかぼかクラブ」                    | ぼかぼかサロン<br>長尾校区社協・まち協役員会 |
| 7  | 火 | 市社協高齢者支援「ぼかぼかクラブ」         | ぼかぼかサロン                    | 22 | 水 | ワンコインパーティー                           |                          |
| 8  | 水 | ふれあい昼食交流会                 | 安心安全パトロール                  | 23 | 木 | 市社協高齢者支援「ぼかぼかクラブ」                    |                          |
| 9  | 木 | 市社協高齢者支援「ぼかぼかクラブ」         | 民児協定例会議                    | 24 | 金 | 子育てサークル「プレイセンターながお」                  |                          |
| 10 | 金 | 子育てサークル「プレイセンターながお」       |                            | 25 | 土 |                                      | 八旗八幡神社祈年祭                |
| 11 | 土 | 生ごみコンポスト相談会               | 長尾放課後児童クラブ<br>新1年生歓迎 ミニ運動会 | 26 | 日 | 休館日                                  | 校区ソフトバレーボール大会            |
| 12 | 日 | 休館日                       | 紫川こいのぼり片付け                 | 27 | 月 | フリースペースバンビーズ                         |                          |
| 13 | 月 | 乳幼児何でも相談<br>「親子遊び」(長行幼稚園) |                            | 28 | 火 | 市社協高齢者支援「ぼかぼかクラブ」                    | 長尾SOSネットワーク役員会           |
| 14 | 火 | 市社協高齢者支援「ぼかぼかクラブ」         |                            | 29 | 水 | 市民講座★知って得するながお健康講座<br>「チーズを美味しく楽しむ会」 | 安心安全パトロール                |
| 15 | 水 |                           | 安心安全パトロール                  | 30 | 木 | 市社協高齢者支援「ぼかぼかクラブ」                    |                          |
|    |   |                           |                            | 31 | 金 | 子育てサークル「プレイセンターながお」                  |                          |



## 令和元年度クラブ紹介



～クラブ開催日の見学はお気軽にどうぞ♪

はじめの一步をご一緒に… お待ちしています!!～

| 曜日 | クラブ名                  | 実施週        | 時間                  | クラブ紹介   | 曜日 | クラブ名                       | 実施週        | 時間                  | クラブ紹介  |
|----|-----------------------|------------|---------------------|---|----|----------------------------|------------|---------------------|--|
| 月  | リサイクル<br>エコクラブ        | 1・3週       | 10:00<br>～<br>12:00 | 着なくなった着物や洋服の生地を利用して、その時の流行に合ったスタイルを作り出しています。楽しい雰囲気です。入会大歓迎です。                                 | 木  | 長行<br>フォークダンス              | 毎週         | 10:00<br>～<br>12:00 | 世界各国の民謡舞踏を皆で楽しく踊ることで親睦を深め、技術の向上・健康維持に努めています。初心者大歓迎。一度見学にどうぞ。                                   |
|    | 水墨画                   | 毎週         | 13:00<br>～<br>15:00 | 男女問わず、楽しく明るく水墨画を学んでいます。気軽に見学にお越し下さい。  |    | ひびき<br>吟好会                 | 毎週         | 13:00<br>～<br>15:00 | 腹式呼吸と発声を正しく行い、漢詩、和歌、俳句、現代、自由詩などを吟じています。初心者の方歓迎！健康に良いと思います。                                     |
|    | はつらつ<br>健康体操          | 毎週         | 13:00<br>～<br>15:00 | ストレッチ&スリム体操を主に、楽しく体を動かしています。生徒さんを随時募集しています。   |    | スローライフ<br>健康クラブ            | 毎週         | 14:00<br>～<br>15:30 | 楽しい雰囲気なか、健康を重視したリズム体操・柔軟体操を主にしています。  |
|    | 骨盤調整<br>ピラティス         | 2・4週       | 19:00<br>～<br>21:00 | スタイル抜群の先生目指して、みんなで楽しく骨盤調整体操をしています。  |    | 長尾スポ <sup>ツ</sup><br>クラブ空手 | 毎週         | 18:00<br>～<br>20:00 | 男女を問わず子どもから大人まで礼儀、形、組手を学んでいます。   |
| 火  | にこにこ<br>足つぼクラブ        | 第3週        | 9:00<br>～<br>11:00  | 今年4月から立ち上げた“にこにこ足つぼクラブ”です。ルミ先生にご指導頂きながら楽しく健康を目指して活動しています。                                     | 金  | 和ーど<br>押し花                 | 1・3週       | 10:00<br>～<br>12:00 | 押し花を使った作品作りを一緒に楽しみませんか？  |
|    | パソコン<br>同好会           | 毎週         | 9:30<br>～<br>11:30  | パソコンがこんなに身近で簡単に学べるようになるとは、3年前の私には考えられないことでした。初心者の皆さんと一緒にパソコンに親しんで学んでみましょう！(☺72)               |    | 長尾<br>水彩画クラブ               | 2・4週       | 10:00<br>～<br>12:00 | 年に数回の屋外デッサンにも出かけ、楽しい雰囲気の中で活動しています。   |
|    | 楽しい<br>英会話            | 1・2・3<br>週 | 14:30<br>～<br>16:00 | 中学英語を中心に、基礎からゆくり丁寧に指導を受けています。発音やリスニングを中心に、英語の歌なども楽しく学んでいます。興味のある方は一度見学にどうぞ！                   |    | アロハフラ<br>サンシャイン            | 1・2・3<br>週 | 13:00<br>～<br>14:30 | ゆるやかな踊りで、体の中のインナーマッスを鍛えることが脳の活性化や認知症予防にも良いと医学的にも証明されています。どうぞ気軽に参加してみませんか？                      |
|    | アロハフラ<br>サンシャイン<br>カズ | 1・2・3<br>週 | 19:00<br>～<br>20:30 | いくつになっても輝いた女性でいるために、フラダンスは体だけでなく心も癒してくれます。初心者でも安心。運動不足やストレス解消に楽しく自分磨きませんか？<br>見学・体験(無料)もOKです！ |    | 民謡<br>鈴の会                  | 1・2・3<br>週 | 13:30<br>～<br>15:30 | 民謡は日々の生活の中から喜びや悲しみを素朴に唄いあげ、育まれてきた伝統文化です。小倉節、博多節などの郷土ものや、全国の民謡を楽しく唄っています。いつでも見学に来て下さいね。         |
| 水  | 楽しい<br>パンクラブ          | 第1週        | 9:00<br>～<br>12:00  | 美人ぞろいなメンバーが、ワイワイ楽しくパン作りをしています。文化祭での販売も大好評で即完売しています。   | 土  | きもの着付け<br>同好会              | 2・4週       | 13:30<br>～<br>15:30 | 憧れの着物美人を目指して…一緒に着物デビューしませんか？<br>見学お待ちしております。   |
|    | 生花<br>ひまわり会           | 1・3週       | 10:00<br>～<br>12:00 | 自分自身の個性をいかした生け花を始めませんか？やわらかなこころで…自由な発想で…新しい自分を発見しましょう。会員随時募集！                                 |    | 3B体操<br>ひまわり               | 毎週         | 15:00<br>～<br>16:30 | 心も身体もイキイキ元気に！健康寿命を伸ばしましょう。いつでも体験にどうぞ。  |
|    | 和楽茶合                  | 第4週        | 13:00<br>～<br>15:00 | 月に一度、お抹茶を楽しんでいます。流派を問わず、作法も気にせずおしゃべりも弾みます。しばし、雅な時間でリフレッシュしています。                               |    | コーラス長尾                     | 1・2・4<br>週 | 10:00<br>～<br>12:00 | 伴奏の先生のピアノの音を頼りにパートのメロディーを覚え、指揮の先生のユーモア溢れる指導に大きな笑いと小さな緊張の中で、2時間の合唱練習を続けています。楽しい時間を一緒に過ごしてみませんか？ |
|    | キッズ<br>pompom         | 2・4週       | 15:30<br>～<br>17:30 | ボンボンを使って仲良く楽しく踊ります。リズム感を養って基礎体力UP！を目指します。随時、見学受付中です。  |    | さくら書道                      | 毎週         | 13:00<br>～<br>15:30 | 子ども・大人、硬筆・毛筆。字は一生の友。一緒に楽しく学びませんか！  |
|    | 小倉南長尾<br>居合道クラブ       | 毎週         | 18:30<br>～<br>20:30 | 子どもから大人まで…居合道と共に礼儀作法を学びます。随時会員募集中です。  |    |                            |            |                     |  |

【お問合せ先】長尾市民センター ☎451-1620