市民センターだより

第235号 令和2年12月1日



北九州市立 長尾市民センター 小倉南区長行西1丁目1-1 TEL 451-1620 / FAX 451-2150

> ∞ no-sf@ktqc03. net 発行責任者 林田 直美





















10/5 (月)~11/7 (土)までの期間、センタークラブの作品、 センター行事、人権コーナーのパネルの展示を行いました。 1ヶ月の間、センターボランティアコーナーは明るく彩られ、 多くの方に観覧していただきました。

来年はみんなで元気いっぱいの文化祭をやれますように…







時】12月21日(月)10:30~11:30

所】長尾市民センター 多目的ホール 象】乳幼児親子 6組限定 【対

〈定員になりしだい締め切ります〉

【参加費】100円

※必ず事前予約が必要です 当日は検温し、マスク

着用でお越しください

は、コロナウイルス感染予防対策の「令和3年度 両谷地区新年交歓会」)1月9日(土)に行う予定でした ため中止することになりました。

▼年末安心·安全パトロ ◇年末防火防犯夜回り [長行緑光苑] 12月5日 [長尾新町] 12月17日(+ [長尾新町] 12月17日(+ [長尾新町] 12月17日(+ 1220日(1) 121月17日(+ 1220日(1) 121月17日(+ 1220日(1) 121月17日(+ 1220日(1) 121月17日(+ 1220日(1) 1220日(1)



門松を作ってくださいます。 ※雨天の場合12月23日(水) ※雨天の場合12月23日(水) 域からのお知らせ

センターからのお知らせ



12月29日(火)~1月3日(日)までの6日間 長尾市民センターは休館になります。

古紙・牛乳パック・発泡トレイの回収もお休みです。 ご迷惑をお掛けしますが、ご協力の程お願いいたします。

2020 E



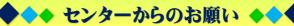
今年も大変お世話になりました よいお年をお迎えください

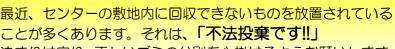


資源のリサイクルありがとうございます

長尾市民センターでは、下記の資源のリサイクルを実施して おります。引き続きご協力お願いいたします。

- ●古紙(古紙倉庫)
- ●発泡トレイ・牛乳パック(各回収ボックス)
- ●小物金属(古紙倉庫横の回収ボックス)
- ●廃油用油(センター玄関横の回収ボックス)





決まりは守り、正しいゴミの分別を心掛けるようお願いします。



12月の行事予定





	曜	センター行事	地域行事		曜	センター行事	地域行事	
1	火	市社協高齢者支援「ぽかぽかクラブ」		16	水		安心安全パトロール	
2	水	市民講座★郷土愛を育もう!!〈後期〉 「小倉織 400 年の歴史に触れよう•中級」	安心安全パトロール	17	木	市社協高齢者支援「ぽかぽかクラブ」		
3	木	市社協高齢者支援「ぽかぽかクラブ」 包丁研ぎ	民児協定例会議	18	金	子育てサークル[プレイセンターながお]		
4	金	子育てサークル[プレイセンターながお]		19	土			
5	H			20		休 館 日		
6		休 館 日		21	月	フリースペース バンビーズ ミニプログラム「クリスマス会」		
7	月			22	火	市社協高齢者支援「ぽかぽかクラブ」		
8	火	市社協高齢者支援「ぽかぽかクラブ」		23	水		安心安全パトロール	
9	水		安心安全パトロール	24	木	市社協高齢者支援「ぽかぽかクラブ」		
10	木	市社協高齢者支援「ぽかぽかクラブ」		25	金	子育てサークル[プレイセンターながお]		
11	金	子育てサークル[プレイセンターながお]		26	土			
12	土	生き生きうりぼう講座 「リベンジ!!地域みんなであそぼうさい」		27		休 館 日		
13		休館 日		28	月	仕事納め		
14	月			29	火	休 館 日		
15	火	市社協高齢者支援「ぽかぽかクラブ」	長尾校区社協・まち協役員会	30	水	休 館 日		
				31	木	休 館 日		

※12月のロングテール・乳幼児なんでも相談はお休みします。不明な点はセンターまでお問合せください。 全ての行事は、新型コロナウイルス感染症予防対策のため中止・延期になることがあります。ご了承ください。

11月7日(土)生き生きうりぼう講座 「けん玉マスターへの道」

今回は「日本けん玉協会 福岡支部 副支部長」の田中昭平先生をお招きし、 けん玉の技など遊び方を教わりました。

聖火リレー対決は大人も参加し白熱した大接戦 を繰り広げ、子どもたちから「もう一回!!」とア ンコールが飛び交うほどでした。最後はけん玉 を使ってグループで創作積み木に挑戦、思い思 いの作品を作り上げ、けん玉マスターへの道を -歩踏み出す楽しい講座になりました。













11月16日(月) フリースペース バンビーズ 「親子体操」

今回のショートプログラムは「親子体操」。 親子ビクス講師の儘田衣恵(ままだきぬえ)先生 をお招きし、音楽に合わせて楽しく体操やストレ ッチを教えていただきました。3ヶ月の寝たまま の赤ちゃんから元気いっぱい2歳の幼児まで、 ママと一緒にたくさん体を動かしました。もしか したら、ママたちは筋肉痛になったかも・・・





生涯学習市民講座

11月18日(水) Nagao 女子力 up 講座③

「動★心身リフレッシュ」

~背骨コンディショニング~

今回は講師に背骨コンディショニング協会 スペシャリスト 奈須本 尚子先生をお招きし、 背骨の歪みを整えて不調を改善する運動プログ ラムを学びました。先生から「姿勢美人は仙骨 から!みんなで女子力あげましょう!!」の掛け 声でスタートし、無理のない優しい動きで大変 心地よく、癒しの2時間でした。参加者の方 からも「身体が軽くなった!」「自宅でも是非 続けていきたい」と大盛況でした。



ながお掲示板













ちょっとずつ





子育でに奮闘するがが、ママに多い悩みにスポットをあて、ウェ ブ漫画で子育てのちょっとしたコツやヒントを紹介します。 令和元年度版と合わせて9話を配信中! ぜひ、ご覧ください!!※第2弾を令和3年3月末に配信予定!

第7話(コラッ! て 誰のため?)

「危ない! なんでこんなことするの?」子どものため に叱ってたはずなんだけど...。夫婦が日常の「しつけ」 のあり方に目を向けるストーリー。

伸びせずにやれる「食育」を考える ストーリー。

第8話【ちょっとずつ、思いやリランチ】

「小さいころからやってた水泳やめるって、どういうこと!?」特技を突然やめると言い出した中学生の息子を前 に、息子の本当の姿を見つめるストーリー。

作画:タネオマコト((株) COLT TOKIWA 創所爲漫画家) 北九州市出身・在住。ヤングマガジン月間新人漫画賞、ちばてつ (ヤング部門) などを受賞後、週刊ヤングマガジンにて漫画家デビュー. 漫画サイト Daun WEBTOON にて韓国漫画家デビュー 親飼秋子

監修:第7話:市立八幡底院 統括部長・小児総合医療センター長 神蘭淳司 第8話:内南女学院大学 保健福祉部 米夏学科 洋教授 天木理恵 第9話:北九州少年サポートセンター 少年育成指導官 堀井智帆

制作:北九州市(市民文化スポーツ局生涯学習課)

TEL: 093-582-2385 E mail: shi-shogai@city.kitakyushu.lg.jp