



## ふれあい昼食交流会

- ◆日時 3月1日(金)11:30~13:30
- ◆場所 第一和室
- ◆費用 400円(材料費)
- ◆対象 65歳以上



## 東谷地区まちづくり協議会「健康づくり部会」 新春「健康祈願」ウォーキング

- ◆日時 3月23日(土)9:00~受付10:00出発
- ◆場所 東谷市民センター(集合・解散)
- ◆定員 70名(要申込)
- ◆参加費 無料
- ◆持参物 動きやすい服装、タオル、着替え、水分(お茶かスポーツドリンク)
- ◆対象者 健康づくりに興味ある東谷地区にお住まいの方。
- ◆完歩見込みであれば、老若男女問いません。親子での参加も歓迎です。



※『雨天決行』です。(状況により雨具の準備を…)

●講座等の申込み・問い合わせは、  
 東谷市民センターまで

## 妊産婦・乳幼児なんでも相談 「ちっちゃいたまご」

- ◆日時 3月26日(火)10:30~11:30
- ◆場所 和室
- ◆内容 妊産婦の健康相談  
 乳幼児の身長・体重測定、育児相談
- ◆持参物 母子健康手帳・バスタオル



### 問い合わせ先

小倉南区役所保健福祉課地域保健係(健康相談コーナー)

TEL093-951-4125

## 市丸・新道寺小・東谷中学校の 卒業式・終業式・入学式・始業式の日程

	小学校	中学校
卒業式	3月18日(月)	3月8日(金)
終業式	3月22日(金)	3月22日(金)
入学式	4月11日(木)	4月10日(水)
始業式	4月8日(月)	4月8日(月)

## 令和6年度クラブ登録説明会

2月20日(火)講堂にて、クラブ登録説明会ありました。その後東谷駐在所の井野さんによる、侵入窃盗事件・泥棒に関するお話があり、出席のみなさんも耳を傾け、真剣に聞いていました。雨の中ではありますが、避難訓練を、実施しました。



## 第12回東谷まちづくり協議会カップ グラウンドゴルフ大会のご案内

開催日時 令和6年3月30日(土)  
 受付 9:00~9:30  
 場所 東谷興農会 グラウンド  
 (雨天時は体育館でディスコンを実施)  
 申込締切り 令和6年3月13日(水)



## ●市民センターワックス清掃に伴うお願い●

3月14日(木)はワックス清掃の為、全館使用中止となります。一般の方も入館出来ませんので、ご協力をお願いします。



犬の背のリュックにおやつ野水仙  
 夫と子と病のありて冴返る  
 敷増えしわが顔映す氷面鏡  
 書初やミーシャの歌を聴きながら  
 無人駅ひとり下車してただ寒し  
 学校の長き廊下にある余寒  
 冬ざれや上告望まぬ死刑囚  
 東の間の日差しに雪のふはふはと  
 梅の花光あつめてかがやけり  
 亡き父の写真一枚彼岸かな  
 雪つむや書き遺すこと少しづつ

### カルスト句会

奥田 矢野 林田 原田 土岐 篠原 浦野 吉川 西脇 中山 峰松  
 みゑ 英枝 もと子 すま子 真司 敬祐 延子 睦子 公俊 喜代子 一郎



## 谷っ子クラブ

### ペットボトルキャップでSDGs !! 可愛いマグネットとなべ敷きを作ろう

2月3日(土)東谷市民センター馬場館長が講師になり、子ども達とペットボトルキャップを使ってマグネットとなべ敷きを作りました。まずペットボトルキャップのマグネットに付ける100均に売っている消しゴムを楽しそうに選び、キャップに紙粘土を詰め込み、中に磁石を入れ、グルーガンでかわいい消しゴムを、そのキャップに付けました。3個作りましたが、どれも可愛くできました。その後19個のキャップを丸く並べ、何か所かグルーガンで止め、クッキングシートの上からアイロンで抑え、出来上がったなべ敷きにフェルトのシールを型取り、貼って出来上がりです。出来上がりをご覧ください。



### 東谷からつながりひろげる ベトナムプロジェクト「つなひろ」

#### ポーセラーツお皿づくりorマグカップ

2月3日(土)に「ベトナムからひろがりつながるベトナムプロジェクト」通称つなひろの今年度の閉級式が行われました。講師にポーセラーツ作家の結城五月先生に来ていただき、陶器に転写紙を貼り付けました。ベトナム人技能実習生たちはマグカップに、転写紙を貼り付け、出来上がった陶器を見て、思い出せるようにと各々が、気持ちを込めて作りました。小学生や高齢者、ベトナム人技能実習生、初参加のインドネシアから来た実習生3名、計25名の参加があり、国際交流ができました。陶器に転写シールを貼り付けた後、2年間のつなひろ講座の振り返りをパワーポイントで見て、「今日の日はさようなら」とアーチをくぐりながら閉級式を終えました。この取り組みは、2月15日にウェルとばたで行われた「市民センター職員等研修会」で事例を発表しました。



## 市民講座

東谷地区まちづくり協議会「健康づくり部会」

### 薬剤師による健康講話

2月10日(土)PM2時より市民センター講堂で、東谷地区まちづくり協議会「健康づくり部会」主催の健康講話の講座をしました。今回は薬についてのお話でした。講師の先生は、毎年お願いしています、曾根地区の貴で薬局をしている平川剛先生です。薬の服用の仕方や副作用について、詳しくお話をいただきました。みなさん熱心に聞き、メモを取っていました。

今回は平尾台の野焼きと重なった為、参加者が少ないのではないかと心配していましたが、約20名以上の参加をいただき無事、健康講話の講座を終えることが出来ました。3月23日(土)には又、「健康づくり部会」主催の新春“健康祈願”ウォーキングを開催しますので、多数の参加をお待ちしています。



### おしゃべりタイム 「コーヒーでリフレッシュ」

2月21日(水)講師に喫茶店オーナーの羽立滋氏を迎え、「コーヒーでリフレッシュ」と言うことで、コーヒーを囲み、ゆったりとした時間を過ごすことができ、違う種類のコーヒーを飲み比べしながら、おしゃべりをして、心身ともに満たされました。顔を合わせることのない方と、この講座によりお話をすることが出来、今後も市民センターに来てもらえるキッカケづくりができうれしく思いました。普段の生活にも、ゆったりと豆をひいてコーヒーを飲む時間を作りたいという感想を聞けました。おしゃべりから生まれる人と人との絆や繋がりを大切に、今後もこのような講座をしていきたいと思いました。

