

開館時間のお知らせ
 平日(月～金): 9:00 ~ 22:00
 土曜日: 9:00 ~ 17:00
 日祝日: 休館日
3月の休館日
 3月 / 3日・10日・17日
 20日・24日・31日

市民センターだより

そね ねっぴ

北九州市立
 曾根市民センター
 小倉南区中曾根3-9-7
 TEL 475-6050
 FAX 475-6051
 発行責任者 鍋島 淳子
 https://www.ktqc01.net/mina/snsf/

市民講座を開催しました♪♪
大人の寺子屋「さくらプロジェクト健康講座」

令和5年5月に第一回を開催し、令和6年2月9日に全10回の講座を終えました。最高年齢87歳から50代の参加者の皆さんは、欠席することなく一年間元気に受講されました。

専門のトレーナーや看護師による血圧測定や健康チェックを行ってから体操を始めるなど、無理のない年齢に合わせた講座でした。健康寿命を延ばすためのストレッチ体操と、健康に関するユーモアたっぷりのお話がとても楽しかったと好評でした。



ふれあい昼食交流会

皆さんで楽しくお食事しましょう♪

日時 **3月14日(木)** 11:30~13時

2/20(火)9:30より~ お電話でお申込みください <先着順>

◇対象者: 原則として(受付11:00~)
 *65歳以上の一人暮らしの方、65歳以上で夫婦だけで暮らしている方が対象です♪

◇定員: 20名 ☆参加費: 400円

◇場所: 曾根市民センター多目的ホール
 ※定員になり次第、締め切ります!

人権市民講座を開催しました♪♪
『残念な空き家にしないために ~ 世代を超えた断捨離 ~』

1月27日(土)に、断捨離®️トレーナーの吉田幸子先生をお迎えして、人権市民講座「残念な空き家にしないために~世代を超えた断捨離®️~」を開催いたしました。

自宅や実家を将来残念な空き家にしないために、どのようにすればよいか?を学ぶことができました。現代は、生活の中に「モノ」が勝手に入ってくる時代です。

家の中にあふれている多くの「モノ」をどこから手放していけばよいのかを皆で考えていきました。その「モノ」と向き合い、断・捨・離をしていくことで、心にゆとりを持つことができるようになります。その結果、人の対応が変わり人間関係も良くなっていきます。今回の講座では、「モノ・人・空間」の関係を見直すことができました。参加者の方々からは、「断捨離のお話を聞いて、やる気が出ました。実行に移せそう」「また断捨離講座第2段も是非してほしい」とのコメントをいただきました。



北九州空港開港記念
一斉清掃のご案内

北九州空港の開港を契機に本市を訪れる方々をきれいな街なみでお迎えするため、清掃活動を行なっています。皆さまのご参加を心よりお待ちしております。

日時 **3月6日(水)** 9:00~10:00

- 集合時間: 9:00~9:30 (バラバラに集合してください) 来られた方から順次、清掃活動(15~30分程度)をお願いします。
- 清掃場所: 貫交差点バイパス周辺
- 集合場所: ニューヨークストア駐車場のコインランドリー前
- その他: 参加費無料。お茶、清掃用具は準備します。

お問い合わせは
 曾根市民センター TEL475-6050

クラブ生募集!
男性クッキング

曾根市民センター創立以来ずっと続いている「男性クッキング」です。旬の素材を使って、和・洋・中・韓・スイーツといろいろな美味しい料理を作っています。

月に一度、和気あいあいとした楽しい教室です。料理未経験者でも楽しく参加できます。

※毎月、第3金曜日(9:30~13:30)是非一度、見学にお越しください。

包丁さばきもプロ並み?

曾根市民センター閉館時間の変更
R6.4月より火曜日と水曜日は21時に閉館します

※月曜日、木曜日、金曜日は22時閉館です。土曜日は17時閉館です。ご迷惑をおかけしますが宜しくお願いします。

3月の行事予定

日付	曜	時間	項目	募集人数
1	金	11:00~11:30	アースのびのびクラブ & そねぴよポッポ合同おはなし会	2/2~5組
3	日	9:00~10:30	健康教室(2/18 特定健診結果返し)	
3	日	9:30~12:00	干潟ウォーキング	50名
14	木	11:30~13:00	ふれあい昼食交流会(参加費400円)	2/20~20名
15	金	10:00~11:30	妊産婦・乳幼児なんでも相談	定員無し
18	月	10:30~12:00	妊婦さんの会 はぐはぐ	2/19~8組
28	木	終日	館内ワックス清掃	終日貸館なし

おめでとう
 ございます
 『2024年』

学校・幼稚園名	卒業式・卒園式	入学式・入園式
曾根中学校	3月8日(金)	4月10日(水)
曾根小学校	3月18日(月)	4月11日(木)
ひかり幼稚園	3月16日(土)	4月13日(土)
ひかり保育園	3月23日(土)	4月1日(月)
フレンズ幼稚園	3月14日(木)	4月12日(金)

人権の約束事 ◆ オアシス オ: おはようございます シ: しつれいします ◆
 ア: ありがとうございます ス: すみません