



5月の森津根ガーデン



守恒校区キャラクター もねっとくん

～子育てにやさしいまち、誰もがすみやすいまち～

# もりつね



守恒校区HP

守恒校区を住みやすい町にするために 町内会入って安心・助け合い

令和6年6月1日発行 第299号  
北九州市立守恒市民センター  
北九州市小倉南区守恒2丁目8-36  
TEL 963-1446  
<https://www.ktqc01.net/mina/mtcc>  
発行責任者 吉弘 清美

## 第22回 夏祭りもりつね

もりつね夕涼み会～小規模でもお祭り気分～

7月20日(土)13:30～18:00

※予備日7月21日(日)13:30～18:00

場所 守恒市民センター

### ステージ出演者募集

うた・ダンス・演奏・漫才etc. 祭りのステージを盛り上げてくれる方を募集します。ひとりでもグループでも、老若男女問いません。

<募集要項>

場所: 守恒市民センター 講堂ステージ  
時間: 15:00～17:00(1チーム入退場含めて10分程度)  
発表時間については後日調整してご連絡いたします。  
応募多数の場合は抽選となります。



### ポスター募集

あなたの絵でお祭りを盛り上げませんか?  
優秀者は当日表彰式もあります!

<募集要項>

B4サイズ、自作未発表のもの。  
ポスターには夏祭りの日時と場所を記載してください。  
作品の裏に住所、氏名、年齢(学生の方は学校名と学年)、電話番号を記入の上、守恒市民センターまでお持ちください。



ステージ出演、ポスター共に締め切りは  
6月22日(土)17時まで

主催 守恒校区自治連合会・守恒校区まちづくり協議会/運営 夏祭り実行委員会

※守恒市民センターで開催する講座等のお申し込みは  
来館またはお電話にてお願いいたします。  
守恒市民センター ☎963-1446 9:00～受付

センター講座・守恒校区健康づくり委員会

### 令和6年度『元気アップ教室』が始まります

毎日の食事や気になる病気、運動について、気を付ける点や工夫する点をテーマに応じて学びます。(毎回試食あり)

#### 第1回 認知症が気になりますよね～

日時 6月24日(月)10:00～12:00

参加費 500円

定員 20名(先着順) ※6月18日申し込み締め切り

大人講座 もりつね Shine out

### “ストレス”とうまく付き合う腸活術講座

様々なストレスにさらされる毎日を、健やかに過ごすために腸活(=腸内環境をよくすること)をしませんか?

日時 7月2日(火)13:00～14:30

場所 守恒市民センター 会議室

講師 北九州ヤクルト販売株式会社 寺崎 優希氏

定員 20名(先着順)

参加費 無料

※6月18日(火)より受付

### もりつねさげもん作りの会 ボランティア募集

今年度もひなまつりに向けて、さげもん作りをお手伝いして下さるボランティアの方を募集します。ご都合の良い日時だけで構いません。さげもん作りに興味のある方、初めての方も大歓迎です。

毎月第1、3月曜日 10:00～12:00

場所: 守恒市民センター 調理室

裁縫道具があればご持参ください。

第1回目は  
6月17日です

※ご自宅に不要なはぎれ(ちりめん、古布、着物他等)がありましたらご寄付をお願いいたします。

## にこにこカフェ OPEN センター講座



### おしゃべりカフェ

日時 6月10日(月)10:30～12:00

場所 守恒市民センター 2階 和室

定員 12組(先着順)

参加費 無料

対象 子育て中のママさん(お子さま連れでも大丈夫です。小・中・高生のお母さん方も大歓迎です。)



### 簡単お菓子作り

日時 7月8日(月)10:30～12:00

場所 守恒市民センター 調理室

定員 12組(先着順)

参加費 500円

持ってくる物 エプロン、三角巾  
手拭きタオル

※託児もあります。

メニューについてはお尋ねください。

### もりつねサロン(ふれあい昼食交流会)

日時 6月19日(水) 11:45～

場所 守恒市民センター 講堂

対象 65歳以上のお一人または夫婦のみの世帯の方

定員 20名

参加費 400円

※ 6月14日(金)申し込み締め切りです。

(守恒校区まちづくり協議会)



### 子育てサポーター養成講座

子育て中の親子の気軽な相談相手や見守りなど、地域でボランティア活動をして下さる子育てサポーターを養成します。4回以上受講された方は、北九州市の子育てサポーター登録証をお渡しします。

◆日程: 6/27(木)、7/3(水)、7/10(水)  
7/16(火)、7/25(木) 全5回

◆時間: 10時～12時

◆受講料: 無料

◆会場: 小倉南生涯学習センター2F 特別会議室

◆定員: 30名(先着順)

◆申込先: 小倉南区役所コミュニティ支援課

TEL 951-4115(岩元・前田)



### フリースペースぽからっこ with 楽器いっぱい!おはなし会

6月24日(月)10:45～12:00

守恒市民センター2階和室にて

定員 10組(要予約)

6月3日(月)より受付開始

(守恒校区子育てサポーター)

### コケッココー・ぴよちゃんクラブ 妊産婦・乳幼児なんでも相談

6月5日(水)10:15～

守恒市民センター講堂 ※予約不要

お問い合わせは

小倉南区保健福祉課

地域保健係 ☎951-4125

※次回は7月3日(水)です。

# 植木鉢で 野菜を作ろう!

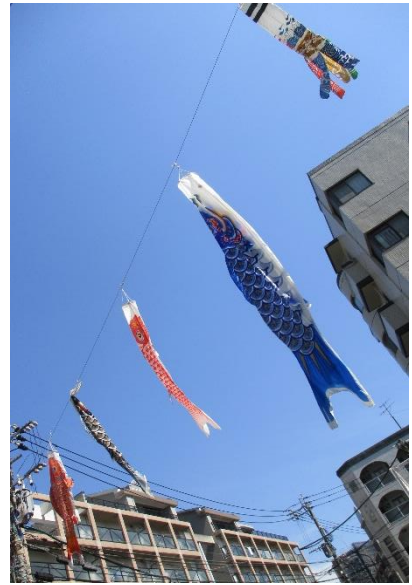
5月18日(土) 24名参加 子ども講座

上野園芸社(家庭菜園ラーニングファーム石田)の上野烈さんに来てもらいました。野菜クイズでいつも食べている野菜は実?種?根?茎?花?...楽しく学んだ後、親子でミニトマトやミニキュウリを植木鉢に植えました。



脇芽の取り方、支柱の立て方、水や肥料のやり方も教えてもらい、家庭での収穫が楽しみです。館長もセンターで育てます♪  
もっと楽しみたい方は、ぜひラーニングファーム石田へ!

# 今年も市民センターに こいのぼりが泳ぎました



ご不要になったこいのぼりを寄付していただき、ありがとうございます。来年はもっと賑やかになります♪



## 大人講座 健康体操 5月24日(金) 10名参加

市民センタークラブ(背骨コンディショニング・健康体操)の古賀美幸先生による体操講座を開催しました。骨盤の模型を使って理論を学び、実践。首の痛みや腰痛が軽くなったと、早速の効果が驚きの声があがりました。継続が大切だそうです。家でも続けてくださいね!



## にこにこカフェ 5月13日(月)

親子4組参加でした。顔なじみになった皆さんと、育児のこと、日々のあんなことこんなこと...コーヒー・紅茶を飲みながら、一緒におしゃべりで盛り上がりました♪  
次は6月10日です。



## もりつねサロン(ふれあい昼食交流会)OPEN

5月15日(水)31名参加

リニューアルオープンです。今月のメニューは、じゃがたま煮・厚揚げとキャベツのみそ炒め・ささみのすまし汁・麦ごはん・牛乳かんでした。皆で一緒に食べると美味しいですね~。

☆調理ボランティアを募集中です!  
月に一度、腕をふるってみませんか?



小倉南区子育てサポーターの会「みなみん」

申込不要

## あそびの広場

参加無料

令和6年6月8日(土) 10時30分~13時  
場所:小倉南生涯学習センター 3階  
対象:主に未就学児と保護者

わらべうた てあそびうた 手作りおもちゃ バルーンアート  
絵本の読み聞かせ パネルシアター 子育て相談コーナー

主催:小倉南区子育てサポーターの会「みなみん」  
小倉南区役所コミュニティ支援課  
問合せ:951-4115(岩元・前田)



## 健康守恒クラブ スタート!

5月25日(土) 健康づくり事業

今年度もたくさんのお申込みをいただきました。一年を通して体力づくり・健康づくりに励んでいきましょう!初回は開校式に続いて、小倉リハビリテーション病院作業療法士の先生方と一緒に、6種類の体力測定をして今の自分の状態をチェックしました。軽い運動もしました。意識を高く持って、さあ、スタートです!



庭づくり委員会の皆さんの手によって、センターの花壇が夏へと向かっていきます。市民ホールには、クラブや地域の茶花や花たちが、可憐に活けられています。  
五月には、子ども講座できゅうりとミニトマトを植えました。「朝日が当たるところにプランターを置きましょう。朝日を浴びるのは植物にとっても良い効果がありますよ。」とのこと。人間も朝日を浴びると脳が覚醒しセロトニンというホルモンが分泌され意欲的な活動を促してくれるそうです。  
春から早起きになり、季節感あふれる環境に囲まれ多くの素敵な方々に出会い、ほっこりした日々。「そら!! 虫を見にいかなきゃ!!」と、つぶやいた屋下がりで。(よ)

梅雨の季節がやってきます。豪雨予報などで市民センターに自主避難するときは、次の物をご持参ください。

- ・飲み物(自販機はありません)
- ・必要な食料や薬
- ・バスタオル(寝具用)



## ~6月の予定~

- 5日(水)10:15~ 妊産婦乳幼児なんでも相談
- 8日(土)10:00~ 健康守恒クラブ②
- 10:00~ 子ども講座「カード&芳香剤作り」
- 10日(月)10:30~ にこにこカフェ
- 12日(水)10:30~ 大人講座「一回コースのパン作り」
- 16日(日)9時集合 第20回守恒校区まちづくりスポーツ大会
- 17日(月)10:00~ さげもん作りの会スタート
- 19日(水)11:45~ もりつねサロン(ふれあい昼食交流会)
- 22日(土)10:00~ 健康守恒クラブ③
- 24日(月)10:00~ 元気アップ教室
- 10:45~ ぽからっこ with 楽器いっぱい!おはなし会
- 19:30~ 夏祭りもりつね実行委員会②

<自治連合会定例会> 6月27日(木)

<夜間パトロール>

徒歩: 6月3日(月)

車両: 6月6日(木) 14日(金) 19日(水) 25日(火)

