



 発行：貫市民センター  
 小倉南区西貫1-11-1  
 TEL 093-475-6070  
 FAX 093-475-6071  
 休館日：日曜・祝祭日  
 ホームページアドレス  
<http://www.ktac01.net/mina/nusf/index.html>  
 発行日：令和6年10月1日  
 発行責任者：館長 辻 寿枝

貫市民センター便り No.312  


10月の休館日  

 6日(日)  
 13日(日)  
 14日(祝)  
 20日(日)  
 27日(日)

安全・安心 ありがとうの町 貫校区

貫ふれあい文化祭2024

第1日目 令和6年11月9日(土) 9時30分～16時30分

- ・開会式 9:30～9:40 多目的ホール
- ・ステージ発表 9:45～15:00 多目的ホール
- ・小倉東高校吹奏楽部ミニコンサート 15:00頃 多目的ホール
- ・作品展示 10:00～16:30 全館
- ・貫ふれあいテント村 10:00～14:00 センター前&上駐車場
- ・食事バザー 11:00～14:00 市民ホール&テント村
- ・健康チェックコーナー 10:00～14:00 和室

※抽選券の配布は 10:00～15:30(1人1枚/1日)

第2日目 令和6年11月10日(日) 9時30分～14時

- ・作品展示 9:30～14:00 全館
- ・食事バザー 11:00～13:30 市民ホール&テント村
- ・貫ふれあい村 10:00～13:30 センター上駐車場
- ・餅つき大会 9:30～券の販売開始、10:30 餅販売開始(なくなり次第終了)

※抽選券の配布は 10:00～13:30(1人1枚/1日)

※11月10日はステージでの発表はありません。ご了承ください。

**【お楽しみ抽選会】**  
 貫校区まちづくり協議会協賛  
 ○抽選券の配布※お一人につき1日1枚までとなります。  
 11/9(土)10時～15時30分&11/10(日)10時～13時30分  
 ○当選番号と賞品の発表  
 センターだより「ぬき」12月号と11/27以降館内に掲示  
 貫市民センターHP(11/27)  
 ○賞品の引換 11/27(水)～12/25(水)16時まで  
 ※賞品は半券と引き換えですので、大切に保管して下さい。

**【バザー品を集めています】**  
 期間10月1日から10月31日まで  
 ※未使用できれいな物であれば何でも結構です  
 (市民センターまでお持ちください)  
 ※バザーで回収出来ない物  
 ① 使用した食器や開封した食品  
 ② 汚れのある衣類、食器  
 ③ つくりかけの手芸品など  
 ※お引き取り出来ない場合は、お持ち帰り頂く事もあります、ご了承ください。

**生活悠々塾**  
**断捨離を今一度学ぶ!**  
 残念な家にしない為の  
 ノウハウを学びましょう!  
 日時：10月29日(火)  
 10時～12時  
 場所：貫市民センター  
 募集人数：40人(先着順)  
 ※まだ空きがあります  
 ご参加お待ちしております♪

**小倉南区健康(口)  
 栄養相談を開催します!**  
 入場無料・事前申し込み不要で参加  
 いただけるイベントです。ご自身の  
 健康や食生活について考えてみませんか?  
 ●日時 令和6年10月27日(日)  
 9:30～12:00  
 ●会場 サンリブシティ小倉  
 1階 グリーンプラザ  
 (小倉南区上葛原2-14-1)  
 ●実施内容  
 ・お薬相談・骨折リスク測定  
 ・歯のクイズ・お口の健康相談  
 ・血圧・酸素飽和度測定  
 ・血管年齢測定・適塩コーナー  
 ・「ラジオ体操の効果」の紹介  
 ●お問合せ ほっとステーション  
 小倉南推進協議会  
 生きがい・健康づくり部会  
 ☎951-4124へ

10月 予定表 ※予定は変更になる場合があります。

日	曜	内容	時間
2	水	HAPPY CHERRY	10時受付開始
4	金	妊産婦・乳幼児なんでも相談	10時15分～
5	土	貫っ子クラブ「皿倉山」下曾根駅集合	9時～
8	火	いっしょにあそぼう 保育所の先生と秋のミニ運動会 ※洗心保育園集合解散	10時受付 10時30分開始
		文化祭実行委員会	19時～
9	水	市政だより配布	
11	金	エコツアー「東峰村&朝倉」	8時30分出発
17	木	特定健診	13時30分～
18	金	ふれあい昼食交流会	11時30分
19	土	貫っ子クラブ「ハロウィンで美化運動」	9時30分～
		おひさま村「稲刈り」	13時～
20	日	貫小運動会	
22	火	いっしょにあそぼう! 「ママと一緒にハロウィンしよう♡」 (仮装OK♪)	10時から受付 10時30分開始
26	土	グランドゴルフ大会	8時30分開始
29	火	生活悠々塾「断捨離を今一度学ぶ」	10時～12時
		市政だより配布日	
31	木	健康教室	13時30分～

**冬の寄せ植え** **生活悠々塾**  
 日時：11月29日(金)10時～12時  
 場所：貫市民センター 多目的ホール  
 応募人数：20人程度(先着順)  
 (10月1日より応募開始)  
 金額：1500円  
 その他：エプロン、タオル、軍手、お茶など

**貫校区生活安全パトロール**  
 第6分団 10月10日、24日(木)  
 第7分団 10月12日、26日(土)



貫校区健康づくり委員会だより

# 世代間こえてかけあう挨拶の輪と和

毎月 第4水曜日は

## ワイワイ健康ウォーキング

# 10月23日

年5回以上参加で  
景品GET!

○雨天中止 午前9時集合 9時20分出发  
(約1時間程度)

○集合場所

貫川コース: 荘八幡神社 石段下駐車場

★歩くコースは当日決定します!

○持ってくるもの

帽子、タオル、飲み物など



農業体験おひさま村

暑い中、本当に頑張りましたね!



9月14日(土)

ダイコンの種まきと秋ジャガイモの芋苗植えと畑の手入れ



## いっしょにあそぼう!

「幼稚園、こども園、保育園について学ぼう!」  
9月10日(火)



お話しの間は玩具で  
楽しく遊んだよ!



## 家庭教育学級&人権市民講座

9月7日(土) 発達障害について

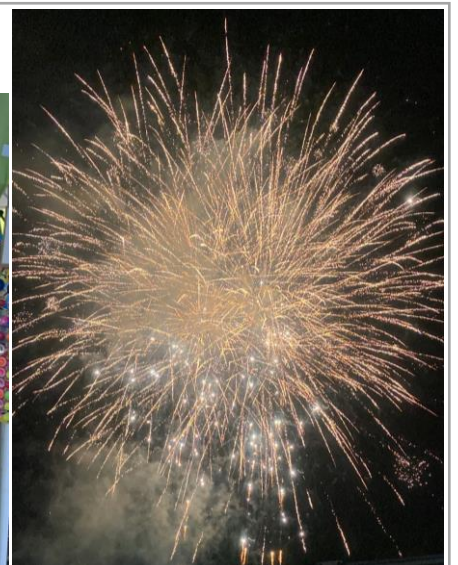


うちの子も発達障害かも?の悩みへの回答や、対応の仕方などを学びました。



貫山の妖精! 「ぬっきーマン」もやってきた~♪

## 2024 まつりみなみ in 駐屯地



9月1日小倉南区陸上自衛隊駐屯地にて/前日の雨のため翌日に延期になりましたが、暑い中とても賑わい無事に終えることができました。ご来場の皆様、スタッフの皆様、ボランティアの皆様、お疲れ様でした。また来年お会いできるのを楽しみにしております。

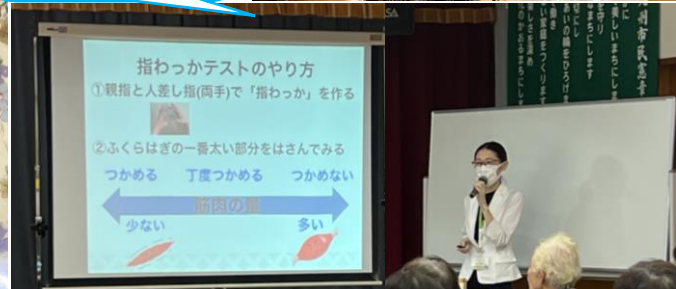
## ふれあい昼食交流会 9/20

赤飯・豚肉の梅紫しそ巻き、なすの生姜じょうゆかけ、月見汁、抹茶ケーキ



## 雪印の出前講座

年齢とともに変化する体や筋肉の事、摂取すべき栄養について学びました。



## ふれあい委員会

9月14日 長寿記念品贈呈



## 貫校区生活支援情報

お問い合わせは支援員  
西まで 080-9246-0967

## GOYOの移動販売

10/2 (水) 上貫西町内会... ①上貫西公園 10:00~10:20  
... ②貫もみじ公園 10:30~10:50  
10/9 (水) カトリック自治会/貫市民センター前... 13:30~13:50  
10/16 (水) 中貫しろはと町町内会/東貫集会所前 11:30~11:50  
◎野菜、果物、お米を販売! ※ご来店お待ちしております。



<支援員による相談コーナー> 貫市民センター内  
内容: 高齢者の日常生活での困りごと(ゴミ出しなど)  
日時: 毎週 月・火・木・金 9:00~13:00  
※但し、市民センター休館日を除きます