

企救丘

企救丘市民センター館報 No.312

(発行) 令和6年 10月 1日
北九州市立 企救丘市民センター
北九州市小倉南区徳力4-17-5
TEL963-3101/FAX963-3160
発行責任者 坂本 佐起子
ホームページ: www.ktqc01.net/mina/stcc/
E-mail: st-cc@ktqc02.net



休館日
(日曜日・祝日)
6日
13日
14日
20日

きくがおか秋のおまつり

文化祭

会場: 企救丘市民センター

10/26(土)・27(日) 10:00~15:00

- ◆ KFC (きくがおかファッションコレクション)
- ◆ 「アルパカ」コンサート ・ マジックショー
- ◆ クラブや地域のみなさんによるステージ発表
- ◆ バザー・手作りのお店・あそびのコーナー
- ◆ クラブや地域の方の作品展示・センター事業の紹介

参加型・わくわく体験パーク

10/27(日)

テーマは“動く”“作る”“学ぶ”



チョークアート*リニューアルのお知らせ

10月2日(水) 10:00より、ホールの黒板を消します。
トミーさんの見事な黒板消しの技を見に来てください!



11月5日(火)、チョークアーティストの大原郁香さんに「秋の北九州の風景」を描いていただきます。
ライブイベント 14:00~15:00 開催します!

チョークアート体験

日時: 11月6日(水) 10:00~12:00

参加費: 1,500円(材料代) 定員: 10名

講師: チョークアーティスト 大原郁香先生



小さな黒板に、区制50周年のクローバーをモチーフに、素敵な作品を描きましょう

← 昨年度のチョークアート体験講座での大原先生の作品です

ぶうぶうくらぶ 10月ミニプログラム

うんどうかい

今年もやります!

10月10日(木) 10:30~12:00

参加費: 200円 定員: 親子10組程度

スポーツの秋です!
初めてのうんどうかい!
みんなで楽しみましょう!



※企救丘市民センターの講座は、来館またはお電話で申し込みください。(963-3101)
※感染症や悪天候の理由により、講座が中止となる場合があります。

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?

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
- 実施内容
 - ・お薬相談
 - ・歯のクイズ
 - ・お口の健康相談
 - ・骨折リスク、血圧・酸素飽和度、血管年齢 測定
 - ・ロコモテスト(立ち上がりテスト 他) など
 - ・「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

講座・報告

「秋の薬膳料理教室」

9月4日(水)に薬膳コーディネーターの北村真知子先生をお招きし、夏に疲れた体をいやしてくれる薬膳料理を楽しみました。薬膳とは何か、食材によって体にどんな効果があるのか等のお話を聞き、4品の料理を各グループで協力しながら作っていました。

おいしい薬膳料理と参加者同士の楽しい会話で心と体をいやすひとときを過ごしました。



ぶうぶうミニプログラム

「テクスチャーファーストアート」

9月のミニプログラムは「テクスチャーファーストアート」。キャンバスにアクリル絵の具で自由にアートして、親子で芸術の秋を満喫しました。子どもたちの素敵な作品ができています。文化祭に展示するので、ぜひ市民センターに見に来てください。

今回はプログラム終了後、「ぶうぶうカフェ」でコーヒーとおしゃべりを楽しみました。

頑張っている子育ての中にちょっとした癒しのひととき、楽しんでもらえたでしょうか!



日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
29 市民センターからのお知らせ 市民センターでの活動の様子をSNSに投稿しています。 写真や動画NGの方は申し出て下さい。	30	1 	2 	3 ぶうぶう ヘジタブルおはなし会 まちづくり協議会定例会	4 	5
6 ★企救丘校区体育祭	7 	8 	9 市政だより	10 ぶうぶうくらぶ ミニうんどうかい	11 ★パトロール	12 ★smileキッチン カムカム ★企救丘農園体験 プログラム④
13	14	15 お花の講座	16 	17 	18 	19
20	21 ← 文化祭準備のため21日(月)～25日(金)、カフェはお休みです →	22	23	24 育児ひろば	25 ★パトロール	26 文化祭 1日目
27 文化祭 2日目 ★秋のおまつり	28 	29 市政だより	30 	31 ぶうぶうくらぶ休み ワックスかけ	1 まちづくり協議会からのお知らせ カレンダーの★マークは 「地域活動 de ポイント」の対象です！	2

- 健康体操の日
9:30からラジオ体操やっています！
- スマホカフェの日
スマホよろず相談を受けつきます！
- ぶうぶうカフェの日
子育てママたち、ほっとひとときカフェ
- ちくちくカフェの日
お好きなものをチクチク手仕事
- ワークショップ
カフェの日
みなさんの参加をお待ちしています！



市民センターのホールでは、毎日いろいろな活動を行っています。右のマークの活動はどれも事前の申し込みは不要です。お気軽にご参加ください！
企救丘市民センターでみなさんと楽しい時間を過ごしましょう！



参加ポイントが
つきます。
市民センターで
ポイントをためて、
コーヒーをゲット！

10月のワークショップカフェ



どなたでも参加できます。
みんなで楽しいひと時を過ごしましょう！

毎週火曜日 10:00～11:00 OPEN

- 10/1 体験★健康マージャン (Part 5)
- 10/2 トミーさんの
チョークアートを消しちゃおう！
- 10/8 怒りのスイッチ、オフにできる！
はじめてのアンガーマネジメント
- 10/29 いつまでも健康でいるために
作ってみよう「幸せノート」♡

参加費100円

～防災士さんのちよつといいお話～ 番外編

「DIG(図上防災訓練)」をやってみよう！

地域防災訓練「DIG(図上防災訓練)」を実施しました。大人も子どもも一緒になってリアルな地図に目印シールを貼りながら、通学路や近所の危険な場所を確認しました。子どもたちならではの視点で、新たな気づきが得られる場面も多く、防災についての意識を深めることができました。今後もこのような訓練を通じて、地域全体で安全な環境づくりを進めていこうと思います。ご参加いただいた皆さま、ありがとうございました！



災害時、企救丘市民センターは予定避難所です

台風10号の接近に伴い、8月29日12:00～31日6:00まで避難所が開設されました。今回、3名の避難がありました。企救丘校区の避難所は、校区のみなさんが避難所運営スタッフとなり、運営されています。まだまだ台風シーズンは続きます。予想外の大雨が降ることも増えています。日頃から防災について意識し、事前の避難や準備を心がけましょう。



「第52回校区敬老会」

9月10・11日の二日間に分けてベルクラシック小倉にて開催されました。

令和6年度の敬老会対象者(令和7年3月31日75歳以上)は校区内に1,411名在住されており、敬老会には245名参加され、その中で90歳以上の30名に会場にて記念品が贈られました。皆さん笑顔で元気なお姿を披露されていました。会場ではアコーディオンの生演奏、「ふるさと」を全員で合唱するなど大盛況でした。後日、対象者全員にお茶とメッセージカードが贈られました。今後の皆様のご健康とご活躍をお祈り致します。



リサイクルにご協力ください

資源回収ボックス 月～土(9:00～17:00)

企救丘市民センターでは資源回収BOXを設置して、古紙・段ボールのほか小物金属や牛乳パック・トレイの回収を行っています。



古着の回収は毎月第2金曜日 10月11日(金)

企救丘市民センターでは、毎月第2金曜日に、古着の回収をします。古着回収日に、資源回収ボックスの横に緑色の袋を設置していますので、袋に直接古着を入れてください。

『回収できる古着』

- *洗たくしたものをもちください。
- *ボタンやファスナーはついたままの状態での回収できます。
- スーツ・シャツ・ポロシャツ・Tシャツ・テニム・セーター・ニット・ジャージ・作業着・マフラー・スカーフ・ソックス・ネクタイ・ハンカチ・手袋・スーツ(厚手の物は除く)・着物・帯 など。

『回収できない古着』

- *汚れのひどいもの。
- レザー(皮革)類・くつ・ベルト・おむつ・雨衣(ナイロン・ビニール)・フリース・ダウン・中綿のコート類・ぬいぐるみ・カーペット・毛布・布団・枕・カーテン など

みんなで参加しよう！

～10月のパトロール～



- 10月11日(金) 生活安全パトロール
集合時間:20時 集合場所:企救丘市民センター
- 10月25日(金) 拠点集合パトロール
集合時間:20時 集合場所:企救丘一丁目西公園

防犯パトロール実施中