

企救丘

No.315

企救丘市民センター館報

(発行) 令和7年 1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



1月休館日
(日曜日・祝日)
1日、2日
3日、5日
12日、13日
19日、26日



謹賀新年

昨年は地域活動におきまして
多大なご支援・ご協力を賜り
ありがとうございました
今年も地域に愛されるセンターを
職員一同がんばります
どうぞよろしく願いたします

企救丘校区まちづくり協議会
企救丘市民センター
職員一同



からだ元気プログラム～笑顔でつながる健康習慣～

2月6日(木) ズンバで代謝をアップしよう
13:30～14:30 定員: 15名 参加費: 無料
多目的ホール 講師: きくがおか健康スポーツクラブ
ズンバ講師 巴 ゆかり 先生



2月14日(金) 太極拳を体験しよう
10:30～12:00 定員: 15名 参加費: 無料
多目的ホール 講師: 企救丘市民センタークラブ
太極拳講師 福谷 健 先生

2月18日(火) ストレッチヨガで体を整えよう
10:30～11:30 定員: 10名 参加費: 無料
和室 講師: きくがおか健康スポーツクラブ
ヨガ講師 AYUMI 先生



申し込みは、それぞれ講座ごとにお願いします。
室内履きの持参、動きやすい服装でご参加ください。(和室のヨガは、室内履き不要)
水分補給は各自で願いたします

～みんなで作ろう・パンと笑顔と健康時間～ 手づくりパン教室 (全2回)

1月28日(火)・2月4日(火)
10:30～13:00

1回目はサバみそパンやラ・フランスのお菓子、
2回目は豆乳のピンクペツパーロールやクランブルケーキ
をつくります。
美味しいパンを作りながら、楽しい時間
を過ごしましょう。

参加費: 1,000円 (2回分)
講師: 中尾真奈美 先生 (西部ガス)
定員: 16名 (先着順)

※2回の参加をお願いします。
※エプロン・マスク・三角巾・お手拭きタオル
・パン持ち帰り用袋を各自、ご持参ください。



※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。

講座・報告

報告
11/26

季節を楽しむ手仕事講座 体に優しいみそ作り

スーパーなどで手軽に買える味噌もおいしい。
でも、自分で作った味噌はさらにおい
しいよ!という会話をよくききます。
指でつぶせるくらいまで煮た大豆をつ
ぶし、塩と麴を合わせて、自分の手で
よく混ぜていく。
この時の手についている常在菌が各
家庭の味噌の味のポイントになるそ
うです。だからその家庭にあった
おいしい味噌になるんですね。
ねかせること約3ヶ月。おいしい
味噌の出来上がりの報告をお待
ちしています!



報告
12/12

ぶうぶうミニプログラム 「クリスマス会」

まち中がウキウキする季節がやって来まし
た。企救丘サンタさんやベジタブルのみなさ
んも一緒に、楽しいひと時を過ごしました。
子育てサポーターさんたちが、この日のため
に練習を頑張ったハンドベルはいかがでした
か? 優しい音色のプレゼント♪

★ハッピーホリディ★

★メリークリスマス★



報告
12/14

～みんなの人権 クリスマスコンサート～

小さなお子さんにも楽しんでいただけるように、
前列にジョイントマットを準備しました。みんな
で手拍子や小さな楽器でクリスマスソングを楽し
みました。12月の人権週間になんで、絵本の朗読
や出演者によるお話を通じて、人権について考
えるきっかけとなる時間も設けました。
生演奏の音楽につつまれ、会場全体が
心あたたまる素敵なひとときとなりました。



乙女椿講座

日本茶を楽しむ

～美味しいお茶とスイーツで、ちょっぴり贅沢に～



1月20日(月) 13:30～15:30

日本茶の美味しい淹れ方を学び、辻利茶舗の
抹茶アイスでパフェをつくります。
ちょっぴり贅沢な学びの時間です。

参加費: 600円 定員: 18名 (先着順)
講師: 辻 史郎先生 (株式会社 辻利茶舗)
持ってくるもの: エプロン、三角巾、マスク



ぶうぶうくらぶ 1月ミニプログラム

おやこで音あそび

1月9日(木) 10:30～12:00

参加費: 200円 定員: 親子10組程度

小松先生のピアノにあわせて、おやこで音あそびをしましょう♪





2025 年 1 月



日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
29	30	31	1 (祝日)	2 休館日	3 休館日	4
5	6	7	8	9 ぶうぶうくらぶ 親子でリトミック 市政だより	10 ★パトロール	11
12 ★どんと焼き まち協定例会 (in企救丘小)	13 (祝日)	14 ★民生委員主催イベント 「いつまでも健康で!!」 1/14~1/17 10:00~	15	16	17 ★パトロール	18 タウンミーティング 生き生き子ども講座 (部活動体験)
19	20 日本茶講座	21	22	23	24 ★パトロール	25 クラブ登録説明会
26	27	28 パン講座	29 市政だより	30	31	1

健康体操の日
9:30からラジオ体操や
ってます!

スマホカフェの日
スマホよろず相談を受け
つめます!

ぶうぶうカフェの日
子育てママたち、ほっと
ひときカフェ

ちくちくカフェの日
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!

つながろう企救丘!
まちのえき
ぎくがおか

市民ホールでは、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!
参加ポイントがつかます。市民センターでポイントをためて、コーヒーをゲット!



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!
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
に掲載しています。写真や動画 NG の
方は申し出てください。

1月のワークショップカフェ♪

毎週火曜日 10:00~11:00



事前申し込み無しで、どなたでも参加できます。
参加費の100円でコーヒーを飲みながら、みんなで楽しいみ
ましょう!

- 1/7 体験★健康マージャン (Part 8)
- 1/14 福笑いで新年スマイルスタート!
- 1/21 ~冬の縁起物~大寒の水で寒もちづくり
- 1/28 ジョーちゃんと学ぼう! (Part 2)

・小倉南区制 50 周年記念式典が行われました・



富永裕輔さんのコンサートでは、「踊る! キクガオカーニバル」を
企救丘の子どもたちと会場の
みなさんと一緒にダンス♪
小倉南区への感謝とお祝いを
込めた富永さんの「ただいま」
に「おかえり」のコール。
会場はあたたかな雰囲気に包
まれました。

北九州市

★ 花と緑のまちづくりコンクール ★

「企救一公園愛護会」が、優良賞を受賞されま
した。
管理が隅々まで行き届き、草花を大切に
デザインで、犬の侵入対策など、工夫を
しながら美しい公園を維持されています。
季節に合わせた草花、花木の取り
合わせが素敵です。と評価されまし
た。地域のみなさんによる、日々
の丁寧な管理の賜物だと思います。



優良賞
企救一公園愛護会
(小倉南区)

クラブ登録申請説明会 & 避難訓練

日時: 1月25日(土) 10:00~

令和7年度、企救丘市民センターでクラブ登録をされる
クラブは出席をお願いします。

~防災士さんのちょっといいお話~ 番外編

企救丘には、5人の防災士さんがいます!

防災士は日本防災機構が認める民間資格ですが、平常時には人々の
防災意識を高める啓発活動や災害に備えた訓練に取り組み、災害時
には被災者の救助や避難所の運営などの役割を担います。
今年度も新しいメンバーを迎え、企救丘校区では現在5名の防災士
が活動しています。

企救丘校区では、防災士を中心に地域のみなさん
が「企救丘守り隊」を結成し、毎月、防災会議をひら
き、地域住民で避難所運営をする取り組みや避難
訓練を行っています。



「企救丘守り隊」に助成金が贈られました

定期的な防災会議の開催や防災訓練の実施により、地域住民の防災
意識を高め、非常時における住民の安全確保に多大な貢献をしたとし
て、北九州市を中心にボランティア活動などに取り組む団体・個人を
支援する公益財団法人「芳賀文化財団」より、助成金が贈られました。
防災士さんは「今後の活動の励みになります。」と話されていました。

きくがおかタウンミーティング「声を聴く Part4」

~知的・発達障害のある人が避難所に来たら~

1月18日(土) 14:00~

申し込みなど、詳しくは
チラシをご覧ください

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)

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 1月10日(金)

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。

みんなで参加しよう!

~1月のパトロール~

- 1月10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
- 1月24日(金) 拠点集合パトロール
集合時間: 20時 集合場所: 山手会館

