



おさゆき

北九州市立長行市民センター
北九州市小倉南区徳吉西3丁目3-16
TEL:093(452)3651
FAX:093(452)3652
e-mail: oy-sf@ktac03.net
発行責任者 鷹取 貴美子



講座のお知らせ 長行市民センター ☎452-3651

長行小学校家庭教育講座&生涯学習市民講座 リアン 合同開催

1/18 (土) パパとチャレンジ! 「エプロン男子講座」

パパと一緒に!! つくってうれしい♪食べておいしい♪
失敗しないシフォンケーキと肉巻きおにぎりをつくります。

日時: 令和7年1月18日(土) 10時~13時

講師: TAKIの台所 主宰 山川 智恵美氏

対象 定員: 小学生・中学生親子 10組 (保護者は男性限定です)

材料費: 1組 800円 / 締切: 1月11日(土)

持参品: エプロン、三角巾、1組にお米1合

☆アレルギー除去食は準備できません。

☆その他詳細は、お申し込み時にお知らせいたします。シフォンケーキ



1/31(金) 2/6(木) 生涯学習市民講座 リアン はじめてでもOK!! 「おしゃれな切り絵づくり」

日時: 第1回 令和7年1月31日(金) 10時~12時

第2回 令和7年2月6日(木) 10時~12時

講師: 切り絵作家・講師 小菅 績憲氏

定員: 20名 締切: 1月25日(土)

材料費: 各回 300円(全2回分・600円)

(写真立て・色紙代も含まれます。)

☆各回、違う作品を仕上げます。



見本の写真立て

☆エプロン男子・切り絵のお申込み~材料費を添えてお申し込みください。申し訳ありませんが、定員になり次第、締め切ります。

生涯学習市民講座 長行なごみ倶楽部

「生演奏とトークで至福の健康時間」

懐メロから唱歌まで! 音楽とトークで素敵な時間を過ごしましょう♪

1/16 (木) ① 時間: 13:30~15:00 出演: Sun ドリームズ
(NPO 法人老いを支える北九州家族の会会員・特別会員)
定員: 40名

「笑顔まんかいの健康づくり~楽しくシナプソロジーに挑戦!」

簡単な運動、脳を活性化するシナプソロジーに挑戦!

2/6 (木) ② 時間: 13:30~15:00
講師: 了戒 恵理子氏(シナプソロジーインストラクター)
定員: 20名

「笑いは健康の源、楽しくヨガ体操」

笑いながら楽しく体を動かす健康体操

3/3 (月) ③ 時間: 13:30~15:00
講師: 井筒 美穂氏(笑いヨガ講師) / 定員: 30名

☆①~③いずれも参加費無料/お申し込みは電話または来館にて定員になり次第、締め切ります。

☆お問い合わせ: 長行市民センター: TEL: 452-3651

令和7年度

クラブ登録説明会のお知らせ

日時: 2月18日(火)
10時30分~12時(予定)
新規クラブを登録したい方や団体は、事前にお申し出ください。

こいのぼりリメイク大作戦

日時: 1月16日(木)
9時30分~
どなたでも大歓迎!
お問い合わせは
長行市民センターまで

謹んで新年のお慶びを
申し上げます

旧年中は、まちづくり協議会の運営や行事、ならびに市民センターの事業にご理解、ご協力をいただき誠にありがとうございます。ございました。

本年も、安心安全で活気あふれるまちづくり、愛され親しまれるセンター運営を目指して参ります。

皆様には、ご指導ご鞭撻を賜りますようお願い申し上げます。

長行校区まちづくり協議会
会長 松村 信二
北九州市立長行市民センター
館長 鷹取 貴美子
職員 鷹取 貴美子
コーディネーター一同

長行校区 どんど焼き

日時: 令和7年1月12日(日) ※雨天・雪でも決行です。
神事: 10時より
開催場所: 徳吉中央公園グラウンド
—持ってくる物—

今年は餅つき・ぜんざいの振る舞いをします。お椀とお箸を持参してください。

◎お飾り ◎しめ縄 ◎おふだ ◎破魔矢など
(みかんやプラスチックの飾りなどは、はずしてください。)
主催: 長行校区 社会福祉協議会/まちづくり協議会/自治連合会

★妊産婦・乳幼児なんでも相談★ 栄養相談日

日時: 1月23日(木) 10:15~11:30 (受付は11:15まで)
場所: 長行市民センター1階 多目的ホール(受付10時~11時)
内容: 妊産婦の健康相談、乳幼児の身長・体重測定・育児相談
持ち物: 母子健康手帳・バスタオル(身体測定時に使用)
お問い合わせ: 小倉南区役所保健福祉課地域保険係 ☎951-4125

☆計測後、ちょっと寄れる場所「おさゆき広場」で保護者と赤ちゃんの楽しい時間を過ごしませんか。ボランティアが見守ります。フリータイムでおひなさまづくりをします。

お問い合わせ: 長行市民センター ☎452-3651

そとあそびしょ! おさゆきプレーパーク

日時: 令和7年1月25日(土) 10時30分~13時30分
場所: 徳吉中央公園バスケットコート横広場/雨天時、長行市民センター
参加費: 無料 申込/不要
主催: 子ども家庭局/北九州こどもの遊びと生活体験ネット/プレーパークおさゆき

- 4日(土) 仕事始め(閉館時間 17:00)
- 12日(日) どんど焼き
- 16日(木) 長行なごみ倶楽部(生演奏とトーク)
- 18日(土) 市民講座・家庭教育学級(エプロン男子講座)
- 23日(木) 妊産婦・乳幼児なんでも相談・おさゆき広場
- 25日(土) おさゆきプレーパーク
- 31日(金) 市民講座(第1回切り絵)

【休館日】1日(水)元旦/2日(木)/3日(金)/5日(日)/12日(日)
13日(月)成人の日/19日(日)/26日(日)

【生活安全パトロール】
9日(木)20時~ 徒歩で校区内をパトロール
【自転車パトロール】
18日(土)/25日(土)13時~自転車による校区内パトロール
【徳吉中央公園清掃】
1~3月はお休みです。

今月の行事予定

その他の活動予定



～おさゆき ドット. コラム～

12月14日(土)長尾小学校体育館で、長行・長尾・両谷市民センター合同家庭教育講座「竹であそぼう!!ワクワクものづくり」を実施しました。この企画は、生涯学習推進コーディネーターの3人が、「同じ中学校に進学する小学生や保護者が顔見知りになってほしい、地域の特色である竹を使って何かできないだろうか」と、春から会議を重ね、各PTAが共催、各まち協と両谷地区青少年健全育成協議会が後援、竹林製作所に協力していただくなど、多くの方々のご協力のおかげで実施にこぎつけたものです。

当日は、各団体やかぐめよし少年自然の家、菅生中学校生徒(有志)にボランティアスタッフとして各ブースや出入り口などいろいろな場所で活躍していただきました。ミニ門松づくり、竹灯籠づくり、竹キーホルダーづくり、ミニミニマルシェ、竹でクリスマスツリーづくり、お菓子すくい、くじ、北九州市農林課より放置竹林に関する広報パネルの展示など、楽しんで竹に親しむ内容でした。ものづくりをする真剣な表情や、嬉しそうに飾りつけする笑顔など、子どもたちも保護者の皆さまもとても楽しい時間を過ごしていただけたのではないのでしょうか。

たけのこは美味しく北九州市を代表する名産品の一つですが、成長のスピードが速く竹林管理が追い付かないと放置竹林となってしまう、土砂災害の恐れや森林の生育阻害にもつながりかねないそうです。放置竹林問題解決のためには、「伐採・活用」の両面からのアプローチが必要だとのこと。竹を身近に感じ、課題にも気づくことのできた、3センターならではの特色を活かした講座だったと感じています。

参加者の皆さま、スタッフの皆さまおつかれさまでした。



長行市民センター館長 鷹取 貴美子
農林課広報パネル
ミニ門松/竹灯籠
竹キーホルダー

～年長者グラウンドゴルフ～

12月5日(木) (敬称略)

- 1位 新山政夫
- 2位 佐々木俊二 北村亨 上田年夫
- 3位 松村三四郎 岡村司 益永義輝 木下清政
- 4位 田中和平
- 5位 黒崎孝一

☆来年もグラウンドゴルフで元気に!楽しく!良い一日を!



朝のラジオ体操

年末は12月27日(金)まで

年明けは1月6日(月)からです。



1月30日(木)は館内清掃のためラジオ体操はお休みします。

<古紙・トレイ・牛乳パック・古着・小物金属>

☆保管庫が開いている時間☆

月～金:9時～17時 土:9時～16時45分

12月29日(日)～令和7年1月3日(金)はお休みです。

安全管理上、施錠されている扉の前に置かないください。

★古紙回収の収益は地域活動資金となり、地域行事で皆さんに還元されます。ご協力おねがいします。

子ども講座 おさゆき やるキッズ☆ クリスマス会

12月7日(土)多目的ホールにて“クリスマス会”を開催しました。子育てサポーターの井上さんと生涯学習推進コーディネーターの高崎さんのご指導で、クラフトテープを使ってサンタクロースとツリーを作りました。様々な材料で十人十色の素敵な作品が出来ました。

鈴の音と共に…なんと!サンタさんが登場!子どもたちにお菓子のプレゼントを配ってくれました!それからクリスマスの音楽に合わせてハンドベルを鳴らして楽しみました。

子ども達は、最後まであきらめずに完成させた自分と、見守ってくれた子育てサポーターさん達に感謝の拍手を送り、今年最後の「子ども講座」を締めくくりました。



子育てサポーターさんの見守りとお手伝い



今年もサンタさんが来てくれました。



ハンドベルを鳴らしたよ



小倉南区制 50周年 記念式典

11月30日(土)、小倉南生涯学習センターで記念式典が行われました。その中で、地域活動に熱心に取り組まれている個人に対し、小倉南区から感謝状が授与されましたが、長行校区からは婦人会会長の大住美貴子さんが受け取りました。おめでとうございます。

第2回小倉南区 地域交流卓球大会

12月14日(土)、小倉南特別支援学校体育館で、地域との交流が希薄になりつつある中学生と世代間交流をする目的で開催されました。長行校区からは、中村節子さんと廣吉秀代さんが参加し、準優勝されました。おめでとうございます。

食生活改善推進員が牽引するヘルスサポーター養成事業 高齢世代(シニアカフェ)

12月12日(木)調理室にて「食生活改善推進員協議会主催の“シニアカフェ”が開催されました。健康な状態から要介護へ移行する中間の時期が「フレイル」と言われており、予防のために大切なことは「食事」と「運動」と「社会参加」が不可欠だそうで、参加された皆さんは食の大切さを感じたようです。皆さんで協力して作った料理を美味しくいただきました。



おこわ風まぜごはん
焼き白菜と油揚げの卵とじ
具だくさん豆乳スープ
さつまいもとりんごの茶巾

12月17日(火)、今年も“ふれあい屋食交流会”や“文化祭”など沢山の行事で一年間活躍した調理室を食生活改善推進員や婦人会、ネットワークの方々に清掃していただきました。ありがとうございました。



大掃除の様子

令和7年2月15日(土)長行校区ふれあいウォーキング大会開催予定です。※詳細は2月の館報に掲載します。



花壇の植替え

11月25日(月)センター花壇の花植えが行われました。

寂しかった花壇が整備され、ピオラなど、かわいい花が植えられました。

年長者クラブやネットワーク、地域の皆さま、寒い中ありがとうございました。いつも花壇にきれいな花が植えてあるまちには犯罪者が寄り付きにくく、犯罪行為を減らす力になるといわれています。おつかれさまでした。

