

センターだより

第269号

令和7年1月1日



発行 若園市民センター

小倉南区若園四丁目1-50

(093)921-3344

発行責任者 大平 道夫

http://www.ktqc01.net/mina/

wzsf/

ホームページへアクセスできます



2025

謹賀新年



新年のごあいさつ

新年あけましておめでとうございます。

若園校区の皆さまにおかれましては、輝かしい新年をお迎えのこととお慶び申し上げます。

今年は「巳年」でございます、これまで努力してきたことが実を結びはじめる年、また、新たな挑戦や変化に前向きとなる年とされています。

若園校区にお住まいの皆さま、関係団体の方々と「ワンチーム若園」を基本理念とし、笑顔で挨拶ができる、活気のあるまちづくりに取り組んでいきたいと考えております。

ひとつでも多くの笑顔に会えるよう、前向きに頑張っていきたいと思います。本年もどうぞよろしくお願いいたします。

若園校区まちづくり協議会 会長 大久保 孝



謹んで新春のお慶びを申し上げます。日頃より当若園市民センターの運営にご理解・ご協力を賜り誠にありがとうございます。

昨年も地域のたくさんの皆さまと一緒に作り上げた文化祭をはじめとした各種事業、市民講座やクラブ活動もすべて計画通りに実施することができました。皆さまのご協力に感謝いたします。本当にありがとうございました。

今年も地域の中での市民センターの役割をしっかりと果たすべく蛇年らしく脱皮し更に一皮向けた明るく楽しい雰囲気づくりに職員さんと共に精一杯努めて参りますので引き続き皆さまのご支援・ご協力をよろしくお願い申し上げます。

若園市民センター 館長 大平 道夫

●サロンで健康づくり『若園校区健康フェスタ』開催●

体力測定で自分の体力を知ってフレイル予防！ 申込受付中【定員】30名

(測定:東部地域リハビリテーション支援センター)

【日時】令和7年1月16日(木)10:00~12:00

1.体力測定「いまの自分の体力を知ろう！」

【日時】令和7年2月13日(木)13:00~14:00

2.体力測定結果返し&フレイルチェック

【日時】令和7年2月13日(木)14:00~15:00

3.健康講話を専門のドクターから聞こう！

※透析の専門病院である小倉第一病院の専門医の方に、病気の予防・管理法を解りやすく教えていただけます。

腎臓病と糖尿病について
講師 中村 秀敏 氏
(小倉第一病院 理事長・院長)

*45分の講話の後
15分間の質疑応答があります

要予約、先着順で定員30名で
打ち切りとなります！

お申込み・お問合せは…
若園市民センター ☎921-3344

初心者向け スマホ講座
参加無料
お問合せは…若園市民センター☎921-3344

| 日時 | 講座 | テーマ |
|---|-------------|--|
| ① 入門編 令和7年2月18日(火) 14時00分~15時30分 「初めて触るスマートフォン」 | 2/18(火) 入門編 | 初めて触る！ スマホの特徴 スマホの機能説明 |
| ② 基本編 令和7年2月25日(火) 14時00分~15時30分 「スマホデビューからもう一歩」 | 2/25(火) 基本編 | マップ・カメラ・LINE 音声アシスタント スマホの楽しさ・便利さ |
| 全2回、各回1時間30分のコースです。原則、全ての回にご参加ください。 | | スマホデビューから更に… LINE・スマホ決済 LINEの特徴 |
| 会場 若園市民センター (電話921-3344) | | LINEの各種機能の体験 スマホ決済の利用方法 QRコードの利用方法 |
| 定員 15名(事前申し込みが必要です) | | |
| 参加 参加無料 申し込み・問い合わせは市民センターまで | | |

新春！囲碁将棋大会！
日時：1月25日(土) 10:00~14:00
場所：若園市民センター 2F和室(大)
【お申込み・お問合せ】若園校区社会福祉協議会
若園市民センター☎921-3344

令和6年度 市民講座 Dr.ワカノ診療所 Vol.3
小倉記念病院編
2回目：令和7年 1月9日(木)
『認知症のお話』
講師：緩和ケア・精神科部長 三木 浩司 氏
3回目：令和7年 2月6日(木)
『心臓病と睡眠時無呼吸のお話』
講師：循環器内科 医長 増田 久樹 氏
★時間：13:30~15:00 ★参加費：無料 ★定員：各回40名

クラブ登録説明会
令和7年度のクラブ登録説明会を下記の通り行います。
クラブ活動の継続を希望される団体並び新規に登録を希望される団体の代表者(もしくは代理)の方は必ず参加して下さい。
日時：2月1日(土) 10:00~11:00
場所：若園市民センター 多目的ホール
お問合せは…若園市民センター☎921-3344

| 日 | 曜 | 行事 | 開催時間 |
|-------|---|-----------------------|---------------|
| 1 | 水 | 国旗掲揚式・互礼会 | 10:00 ~ 12:00 |
| 6 | 月 | フリースペースぽっぽクラブ | 10:00 ~ 12:00 |
| 9 | 木 | 市民講座「Dr.ワカノ診療所Vol.3」② | 13:30 ~ 15:00 |
| 10 | 金 | ふれあい広場若園 | 10:00 ~ 12:00 |
| | | エコツアー | 8:30 ~ 17:30 |
| 16 | 木 | 若園校区健康フェスタ | 10:00 ~ 12:00 |
| 20 | 月 | フリースペースぽっぽクラブ | 10:00 ~ 12:00 |
| 22 | 水 | ふれあい昼食交流会 | 11:30 ~ 13:00 |
| 23 | 木 | 健康づくり事業 五目お手玉 | 10:00 ~ 11:30 |
| 24 | 金 | 連絡調整会議 | 18:00 ~ 19:00 |
| 25 | 土 | 新春囲碁将棋大会 | 10:00 ~ 14:00 |
| 毎週火曜日 | | ケア・トランポリン教室 1/21まで | 10:00 ~ 11:30 |
| 毎週水・金 | | 介護予防教室 若葉 | 9:30 ~ 12:00 |

【古紙回収】月~土 9:00~17:00(日・祝は休み)
※新聞・雑誌・古本・段ボールを分別して奥から順に入れて下さい。
※回収BOXの前の放置は厳禁です。放火の原因になります。

若園校区健康づくり事業

ニュースポーツ
五目お手玉

11月28日(木)、今年最後の五目お手玉が開催されました。皆さんゲームにも慣れてきて、味方や対戦相手の1投1投に喜んで拍手をしたり、悔しがったりして、とても盛り上がり楽しんでいました。次回は令和7年1月23日です。お楽しみに！



生涯学習市民講座

2種のパンとお菓子講座



12月12日(木)、2種のパンとお菓子講座が開催されました。西部ガス株の講師をお迎えして教えていただきました。参加者の中にはパン作りが初めての方も何人かいましたが、みんなと一緒に体験する事で、戸惑うことなく楽しくパンを作ることが出来たようです。出来たてのパンは本当にいい香りでした♪



若園市民センター

若園小学校2年生校区体験

12月2日(月)、若園小学校の2年生が、先生に引率されて若園市民センターを訪れました。センター内を見学後、一人一人からセンターについての質問があり、館長が丁寧に答えていました。センターを身近に感じてくれた様子で良かったです。



若園はなクラブ



お花の苗植え

11月27日(水)にセンターに届いた花苗を、若園はなクラブの方とセンター職員で植付けをしました。ビオラ70株・ストック60株・クリサンセマム・ムルチコーレ60株・デージ60株でした。毎年、色とりどりの綺麗な花を咲かせてくれます！来年はどんな花が咲くのでしょうか。とても楽しみです。



生涯学習市民講座

市民講座 Drワカゾノ診療所Vol.3

12月5日(木)、小倉記念病院 血管外科部長 田中 潔先生をお迎えして、『下肢静脈瘤のお話』をテーマに、皆さんの今聞いておきたい関心のあるお話をさせていただきました。参加者の皆さんは真剣に聞き入っていました。次回は『認知症のお話』です。



年末年始の防犯



年末年始の時期は帰省や旅行のために自宅を留守にすることで、空き巣被害にあわなにか不安を感じる方も多いと思います。

長期に渡って留守にする時は、窓やサッシの鍵を二重にすることや、家の周囲に防犯カメラやセンサーライトを設置する事が有効です。

また、近所の人と連絡を取り合い、互いに防犯対策を強化しておきましょう!!

家庭教育学級 みなみっこ学級 わかっこ学級



親子しめ縄作り

12月6日(金)、若園小学校の鍛治 孝校長、わかっこサポーターの樽角 健一会長をお招きして、家庭教育学級の閉級式を行いました。その後、富永 勇先生にしめ縄作りを教えてくださいました。最初は、なかなかうまく縄を編むことが出来ずに苦戦をしたようですが、親子で作成したしめ縄に皆さん大変満足そうでした。お正月に思い思いの場所に飾って工夫したところ、難しかったところなどみんなで話して下さいね。



古紙回収のお願い



持ち込み時間 9:00~17:00
* 市民センター休館日を除く
回収できるもの 新聞・チラシ・雑誌類・段ボール

★保管庫が満杯の時は、むりに入れずに市民センターの職員にお声かけ下さい。

★保管庫は防犯上鍵がかかっている事があります。むりに開けようとするとう壊れてしまいますので、市民センター職員にお声かけ下さい。

★保管庫の外に古紙を、置かないでください。放火の危険があります。

