



■妊産婦・乳幼児なんでも相談

ちっちゃいたまご

予約不要

- ◆日時 3月25日(火) 10:30~11:30
- ◆場所 第一和室
- ◆内容 妊産婦の健康相談
身長・体重測定、育児相談
- ◆持参物 母子手帳・バスタオル



※問い合わせ先
 小倉南区役所保健福祉課地域保健係(健康相談コーナー)
 TEL : 093-951-4125

注意 野焼きが延期になりました!
 3月1日(土)に延期です。

ご卒業
 おめでとう ございます

市丸小・新道寺小・東谷中学校 卒業式・修了式の日程

	小学校	中学校
卒業式	3月14日(金)	3月7日(金)
修了式	3月24日(月)	3月24日(月)

東谷市民センターからのご報告

谷っ子クラブ ～生チョコいちご大福～

2月1日(土)料理研究家の上田真知子氏と竹本智津子氏を講師に迎え、「生チョコイチゴ大福作り」を行いました。



用意された材料を確認し、チョコを割って湯煎して溶かしたり、イチゴをチョコで包んだり、求肥をこねたりと様々な工程を楽しみながら一生懸命におやつ作りに励む姿が見られました。

途中、疲れたや、求肥で包むの難しいなど苦戦する様子も見られましたが、生チョコイチゴ大福が完成しました。出来上がった大福を大きな口でほおばり、「甘くておいしい」や「疲れたけど、ちゃんとできた」などの子ども達の素直な感想が聞けました。



市民講座 ～人生100年時代を生き抜くために～



2月12日(水)SOMPOひまわり生命保険株式会社の山村丈氏を講師に市民講座「人生100年時代を生き抜くために…」を開催し、老後の不安をなくそうをテーマに、14名の参加者にお話をいただきました。

安心して暮らすために今日からできること

- ①不要品の売却
- ②スキルを活かして収入につなげる
- ③健康に気を付けて健康寿命を延ばす
- ④国からの補助金や支援制度を利用する

の4点をお話していただきました。

市民講座 ～防犯について～

2月15日(土)東谷駐在所の荻俊介氏を講師にお招きし、最近の防犯事情についてお話をいただきました。

◆◆◆ 詐欺対策3ヶ条 ◆◆◆

- ①理解しましょう
「自分は大丈夫」は危険と理解する。
- ②疑いましょう
子どもと名乗っても声だけで判断しない。
- ③切りましょう
不審な電話は一旦切り、人に相談する。



多岐にわたる詐欺から身を守るためにも、**一人で抱え込まずに、まず誰かに相談してほしい**と荻所長はお話されていました。

家庭教育講座 ～バルーンフラワー～

2月21日(金)アートフラワー作家の小澤亜由美氏をお招きし、家庭教育講座「バルーンフラワー作り」を開催しました。夕方からの講座でしたが、16名の方に参加していただきました。



バルーンが割れたり、お花が入れにくかったりと苦戦していましたが、可愛いお花と羽のコントラストが素敵なバルーンフラワーが完成しました。

市民センター及び地域からのお知らせ

■北九州食生活推進員協議会

ふれあい昼食会

- ◆日時 3月7日(金) 11:30~13:30
- ◆場所 第一和室
- ◆費用 400円(材料費)
- ◆対象 65歳以上

※問合せ先 東谷市民センター TEL:093-451-0217



おひなさま スタンプラリー

開催中

小倉南区の全24市民センターで3月15日(土)まで開催中です!!

東谷市民センターにもたくさん雛飾りを飾っています。ぜひ、スタンプラリーに参加し、素敵な雛飾りを見に来てください。



■東谷地区まちづくり協議会主催

第13回東谷まちづくり協議会カップ グラウンドゴルフ大会のご案内

- ◆日時 3月28日(金) 9:00~受付
- ◆場所 東谷興農会 グラウンド
- ◆費用 無料

★雨天時は興農会体育館でディスコンです。

申込締切 3月5日(水)

※問合せ先 東谷市民センター TEL:093-451-0217

講座等の申込 問合せ先

東谷市民センター

☎ 093-451-0217

●市民センターワックス清掃に関するお願い●

3月3日(月)は、東谷市民センターのワックス清掃のため、センターご利用の際に、ご不便をおかけしますが、ご理解くださいますようお願い申し上げます。



■東谷市民センター 避難訓練■

◆日時 3月12日(水) 15:00~

大いなる赤子の放屁春立てり
終電の遠ざかりゆく霜夜かな
初場所や客いつせいに口あけて
歩く道光こぼるる迎春花
マフラーを鼻まで巻きて妻見舞ふ
山焼の知らせ早くも廻覧に
ひとつ落つ紅き椿の石畳
亡き母の味の糠漬け雪見酒

カルスト句会



吉川	奥田	浦野	峰松	林田	原田	土岐	篠原
睦子	みゑ	延子	一郎	もと子	すま子	真司	敬祐

3月 センター行事予定

- 3日(火) ワックス清掃
- 7日(金) 11:30 ふれあい昼食会
- 12日(水) 15:00 避難訓練
- 25日(火) 10:30 ちっちゃいたまご



〈パトロール〉 7日(金) 昼、 21日(金) 夜

■地域サロン予定

※詳しくは各町内会にお問い合わせください。

サロンばんざい(木下)	第1.3水曜
いちまるカフェ	第2水曜
新一稲穂サロン	第4月曜
わいわいサロン(紫水)	3/3.10.17.24.31