

- 安心とふれあいのまち
- ＊生涯学習の場
  - ＊話し合いの場
  - ＊いこいの場
  - ＊防災活動の場
  - ＊友だちづくりの場
  - ＊生きがいくりの場
  - ＊健康づくりの場
  - ＊情報収集・発信の場



# 朽網

く さ み



北九州市立朽網市民センター  
〒800-0233  
北九州市小倉南区朽網西3丁目6-39  
TEL 093-471-8566  
FAX 093-471-8680  
ms cc@ktqc02.net  
発行責任者 渡邊 由美子



## くさみ 春の健康フェスタ1・2・3

2周年記念  
みんなで歌おう — 脳とからだの活性化 —  
「拡大カラオケサロン」

2 ～健康フェア～  
3月1日(土) 13:00～16:00

日時:2月24日(月・振替休日)  
13:00～16:00頃まで  
場所:朽網市民センター 多目的ホール  
参加無料  
ご自由にご参加ください

※各種詳細は  
回覧をご覧ください  
主催  
朽網校区健康づくり委員会

健康講演会 14:00～15:00  
朽網市民センター 多目的ホール  
「少し役立つ健康あれこれ」  
～3、4年後の生活が変わる～  
講師 岩本クリニック院長 岩本 拓也 氏  
血圧・血管年齢測定ベジチェック・健康相談  
コーナーもありますよ

### 3 健康ウォーキング

日時:3月16日(日) 9:15集合(受付8:45～)  
集合場所:朽網市民センター  
申し込み締め切り  
2月28日(火)

ウォーキングコース:綿都美神社往復(5km)  
往路  
朽網市民センター 宗像神社 貫川 綿都美神社  
復路  
綿都美神社 貫川 宗像神社 朽網市民センター

測定は健康講座  
の前後に行います  
ベジチェックとは…  
体内の推定野菜摂取量  
を測定します

小倉南区市民センター  
ひなまつりスタンプラリー  
5個スタンプを集めるとプレゼントがもらえる!  
実施期間 2/17(月)～3/15(土)  
場所:小倉南区市民センター全24館  
時間:市民センター開館時間中

小倉南区市民センター合同企画  
ひなまつりスタンプラリー  
小倉南区内市民センターどこでも5館を巡り  
スタンプを5こ集めるとプレゼントがもらえます  
日時:2月17日(月)～3月15日(土)  
市民センター開館時間中  
場所:小倉南区内市民センター全24館

令和7年度  
朽網市民センター  
クラブ登録説明会  
2/15(土) 13:00～14:00  
場所:第1会議室  
令和7年度のクラブの代表になれる方は、  
必ずご出席お願いいたします。  
(代理の方可)  
新しくクラブ登録をお考えの方も是非ご参加  
ください。  
※説明会終了後、避難訓練を行います  
ご協力お願い致します。

申し込み専用 471-8680 / その他問い合わせ 471-8566 (朽網市民センター)

28	27	26	25	24	23	22	21	20	19	18	17	16	15	14	13	12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1	
金	木	水	火	月	日	土	金	木	水	火	月	日	土	金	木	水	火	月	日	土	金	木	水	火	月	日	土	
◆◇市・センター主催事業			◇フリースペースさくらんぼ ◇レッツシングウイズギター (歌声広場)	◆拡大カラオケサロン	休館日	◇わくわく朽網つ子集会 (ハカステラ作り)	◆生活・安全パトロール			◇バリアフリー広場	◇スタンプラリースタート	休館日	◇クラブ登録説明会		◆ふれあいサロン		休館日(建国記念日)		休館日	◇小倉南区家庭教育講演会	◆生活・安全パトロール					休館日		2月の行事予定

わくわく朽網っ子集會

新年初めての市民講座は、1月11日(土)に大人と子どももみんなで一緒にかるた大会を行いました。3つのグループに分かれて、両手は膝の上に置き、いざ真剣勝負！

新春 かるた大会

ジャンピング・ゲット!!



どっちが先？ ジャンケンポイ！



小倉南区の魅力たっぷりの小倉南区かるたで、まずは1回戦。だんだんと前のめりになる参加者のみなさま(笑)。2回戦は北九州かるたで勝負。グループで一番獲得枚数が多い人で行われた最終決戦。3人のグループチャンピオン同士の戦いは見ものでした!! 勝った人も負けて悔しい人も、1月11日の日にちの形にちなんだロングポッキーを手に、笑顔があふれました。



【参加者 23名】

新春初笑い

日本伝統芸能を楽しむ会

1月21日(火)、ひびき落笑会をお呼びして、日本伝統芸能を楽しみました。当日は、センターの玄関にひびき落笑会の幟が立ち、会場入口にのれん、寄席の雰囲気がいっぱいに。そして一番太鼓が鳴り響くと会場のワクワク感が一気に高まり、始まり始まり～！一番手のひびきガールズの玉すだれで盛り上がり、落語、ウクレレ漫談、踊りなど笑いが絶えない時間となりました。毎日を笑い健康に過ごすことが一番の幸せと参加者の方々も喜んでおられました。【参加者62名】



チャリティー餅つき大会

令和6年12月22日(日)に朽網市民センターにて今年もチャリティー餅つき大会が行われました。雪が舞う寒い日でしたが今年もたくさんの地域の皆さまにお買い上げいただきました。売り上げの一部と皆様からの募金は毎日新聞へ寄託しました。



地域の防災を学ぼう！

災害時の避難所について学ぼうということで朽網小学校4年生がセンターに来ました。小学校区の危険区域や避難所の設備などを学習しました。



シリーズ5 わたしと朽網

小倉南区50周年記念として「わたしと朽網」をテーマに、朽網校区の思い出やエピソードを寄稿していただきました

「朽網校区の一員になって」 冷川 孝行さん

昭和60年8月、縁あって朽網校区錦水苑団地の一角にあばら家を建て、住み着くことになりました。

当時は、警察官という職業柄、家のことを省みることもなく、ただ寝に帰るだけの生活で、地域の行事や役職には殆ど携わることはありませんでした。

平成14年3月に退官し、引き続き5年間、国土交通省の道路維持管理の仕事に就きました。

いよいよ自由な身になり、一人娘もすでに嫁いでおり、夫婦一人で、旅行三昧の老後を楽しもうと、思っております。

ところが、平成24年1月、とつくにあきらめていた孫が、40歳近くの娘に生まれ、旅行の夢は一転、孫の世話に明け暮れる生活に変わりました。

おかげさまで、地域に密着するようになり、それまで余り人付き合いのなかった私ですが、地域の「一員」になり、いろいろな行事にも参加するようになり、皆様との交流も深まりました。

それなりの役職も与えられ、令和4年度からは錦水苑自治会の会長を命じられました。

年齢81歳の私には大役ではありませんが、前会長さんを始め、皆様のご指導、ご協力を得ながら、務めることができ、立派な後継の会長にバトンを渡すことができました。

公園の清掃、ラジオ体操、体育大会、餅つき大会など、諸行事に参加し地域の方と苦楽を共有でき、極めつけは神幸祭でも盛り上がりで、朽網校区に住んでいて、本当に良かったと思います。

私を地域の方との絆を作ってくれた孫も今年は中学生に進級しました。

外孫ではありませんが、未だ財布の重みの軽減には協力してくれ、土・日、休日には、狭い我が家を遊び道具で占拠しています。いつの日か朽網話でもしながら孫と乾杯できる日がくればいいなあと思っただけは見えています。

古紙回収 2月 生活・安全パトロール

Table with 2 columns: Location and Date. Locations include Toyooka, Kusunagi, and others. Dates range from 9th to 26th.

【日時】 7日(金) 21日(金)

19:00出発 (10分前に集合) 【集合場所】 朽網市民センター どなたでも参加できます

雨天の場合、パトロールの有無のお問い合わせは、市民センターまでお願いします



フリースペース さくらんぼ

～未就学児の親子対象～

<次回> 2/25(火) 10時～11時半 「自由にあそぼう」予約不要

12月24日(火)手作りの三角帽子をかぶって、クリスマス会！今回は、コーラスグループのチェリーコールさんをおまねきして絵本の読み聞かせあり、歌って、からだを動かしてなど盛りだくさんで楽しく過ごしました。

ふれあいサロン

1/9(木)のふれあいサロンは縁起の良い銭太鼓からはじまり、ヤクルトさんに健康寿命を延ばすお話をしていただきました。腸内環境と健康は切っても切れない関係です。



<次回> 2/13(木) 10時～12時 参加費:100円 「後期高齢者が光輝幸齢(こうきこうれい)に過ごせる講話」