

市民センターは

- ・生涯学習の場
- ・ふれあいの場
- ・話し合いの場
- ・情報発信の場

休館日のお知らせ

6月 1日
8日
15日
22日
29日



両谷

市民センターだより

北九州市立両谷市民センター
小倉南区徳吉南一丁目6-10
TEL・FAX 451-1138
発行責任者 郷田 滋
<http://www.ktqc01.net/mina/rtcc/index.html>
Eメール rt-cc@ktqc02.net



生涯学習市民講座（小学生対象）

わくわくチビッコ広場

第1回

親子 de デイキャンプ

in かぐめよし少年自然の家

かぐめよしの大自然の中で、
普段はできないような体験を楽しみませんか？

両谷市民センター集合→かぐめよし少年自然の家へ→
火おこし体験→カレー作り→スコアオリエンテーリング
→昼食→川遊び（雨天時：室内工作）→解散

【日 程】7月12日（土）8:30～16:00

【講 師】かぐめよし少年自然の家の所員さん

【参加費】ひとり800円（材料費・保険代他）

【対 象】小学生とその保護者

【定 員】先着10組

【持ち物】飲み物、帽子、上靴、
濡れても良い服上下（水着可）、
動きやすい服装と靴（サンダル、クロックス不可）

申込
受付中

小倉南区家庭教育講座＜生涯学習推進コーディネーター企画＞



楽しく学ぼう！水の安全教室

～川や海で事故にあわないために～

子ども
まつり

【日 時】6月28日（土）10:00～14:50

★講座終了後15:30までプールで遊べます！

【場 所】文化記念公園プール

【講 師】門司区海上保安庁・小倉南消防署

【参加対象】小倉南区在住・在学の未就学児（3歳以上）～中学生

＊未就学児～小3までは保護者同伴

○受付開始 5月26日～（定員になり次第〆切）

★詳細は小倉南区役所コミュニティ支援課までお問合せください

Tel 951-4115（担当：前田・岩元）

★市民センターに申込チラシがあります！

参加費
無 料！

6月の行事予定

【★】…参加者募集中です！

3日（火）菅生の滝 DE ウォーキング 10:00～13:00 【★】

4日（水）合馬小家庭教育学級開級式

10日（火）両谷子そだてひろばフリースペース（申込不要♪）

13日（金）青色パトロール

14日（土）中谷まちづくり協議会定例会

17日（火）サロン DE げんき 10:30～14:00 【★】

20日（金）おうち de ごはん② 七夕料理教室 【★】

24日（火）両谷子そだてひろば 9:30～11:30

「七夕飾りを作ろう！」【★】

26日（木）館内ワックス 15:30～

27日（金）地域でGOGO健康づくり中谷

自宅でできる簡単運動シリーズ① 【★】

青色パトロール

生涯学習
市民講座

おうち de ごはん

第2回

七夕料理教室

託児あります♪

～今年の七夕はちょっとおしゃれに～

6月20日（金）10:00～13:00

講師：上級食育指導士 山本恵子氏

参加費：850円（材料代・保険代他）

メニュー：ちらし寿司・カナッペ
スープ・デザート他

定員：先着16名

申込
受付中

第3回

本格和食料理教室

～地元野菜を使って～

7月2日（水）10:00～13:00

講師：汐彩物語「月下美人」伊藤隆介氏

参加費：1000円（材料代・保険代他）

メニュー：トマトの入った親子丼・枝豆腐
とうもろこしと枝豆の冷製茶碗蒸し
小松菜のおひたし他

定員：先着16名

申込
受付中

※食材の仕入れ状況等により、内容が変更になる場合があります。

【講座の申し込み】6月2日（月）9時よりお電話か来館にて
両谷市民センター【TEL】093-451-1138

6/24

9:30～
11:30

火

両谷市民センター

乳幼児

両谷子そだてひろば

参加者募集中！

みんなで一緒にすてきな七夕かざりを
作りませんか？

お持ち帰り用の小さな竹を用意しています。
短冊に願いを書いて空に届けましょう♪

【場 所】両谷市民センター 1階和室

【対象者】乳幼児とその保護者

【定 員】先着8組

【参加費】無料

【予 約】お電話 or 来館 or QRコード

七夕飾り
を作ろう！

はじめての方も
大歓迎♪お気軽に
ご参加ください♪

CHECK!

両谷市民センターの講座やイベントの実施内容は
Instagramにて随時アップしていきますので、
ぜひフォロー・チェックをお願いします♪



健康づくり推進員企画 平尾台 DE ウォーキング

活動報告

シラン、翁草、蕨、ヨモギ、春を告げる植物たちを満喫しながら、5月14日に平尾台を散策し、足腰を鍛えてきました。当日は天気も良く、青空とカルスト台地が雄大で清々しく、心から歩いて良かったと感じました。10月は秋の平尾台ウォーキングを予定しています♪ 奮ってご参加下さい♪



**参加者
募集中!**

健康づくり推進員企画

菅生の滝 DE ウォーキング



森林の中で、リラックスしながらウォーキングしませんか？

6/3(火)
10:00~13:00

雨天の場合は
中止します

【集合場所】両谷市民センター(9:20 集合)
【参加費】50 円(保険料) ※当日集めます。
【定員】先着 45 人(6 人以上で決行します)
【持ち物】飲み物、タオル おにぎり
※現地でおにぎり等を食べます♪
【申込み】お電話か来館にて♪

子育てサポーター養成講座

子育て中の親子の気軽な相談相手や見守りなど、地域でボランティア活動をしてくださる子育てサポーターを養成します。4回以上受講された方は、北九州市の子育てサポーター登録証をお渡しします。

【日程】

6/26(木)
7/ 2(水)
7/ 9(水)
7/17(木)
7/24(木)
全5回

【時間】10時~12時

【受講料】無料

【会場】小倉南生涯学習センター
2F 特別会議室

【定員】30名(先着順)

【申込先】小倉南区役所コミュニティ支援課
Tel951-4115(岩元・前田)

活躍の場が
たくさん♪



中谷地区まちづくり協議会主催事業
地域で GO! GO! 健康づくり

**参加者
募集中!**

自宅でできる 簡単運動シリーズ

楽しみながら
体を動かし
ませんか?



いつまでも健康で豊かな生活を♪

Step1

ほぐして伸ばそう!
ストレッチ



6月27日(金)
13:30~15:00

Step2

鍛えよう!
優しい体幹
トレーニング



7月4日(金)
13:30~15:00

Step3

姿勢改善を目指し
はじめての
ピラティス



7月11日(金)
13:30~15:00

【会場】両谷市民センター 1階和室

【講師】ピラティス・ヨガインストラクター 山秀 知香 氏

【持ち物】飲み物、タオル、バスタオル、あればヨガマット

【参加費】無料

【定員】先着10名

【申込方法】
お電話か来館にて♪

御 礼

合馬小学校・すがお小学校 保護者の皆様

先日はお忙しい中、「わくわくチビッコ広場」のアンケートにご協力いただき、ありがとうございました。いただいた貴重なご意見は、イベントの魅力アップのために活用いたします。

毎月
第3
火曜日
開催

**5/20より
スタート!**

地域のお便り

取材してきました!



春吉・山本の移動販売

生活支援 GOYO は、市内各地で買い物支援を行っている団体で、**新鮮な野菜、果物、加工品**などの移動販売を行っています。



買い物だけでなく
地域交流の場
になるといいですね♪



春吉地区...10:00~10:40 春吉公民館前にて

山本地区...11:00~11:40 すがお小学校前の砂利駐車場にて

【協力団体】暮らしのサポーター「生活支援 GOYO」
みやび内科/眼科クリニック/みやびデンタルクリニック(往診可)

両谷地区の道原では、放置竹林対策の一環として、竹炭作りを行っています。

一般的には、炭作りは三日三晩かかりますが、竹の状態や火加減、煙の色や煙の温度にも気を配り、専用の窯を使って丸一日で仕上げます。



↑かぐめよし少年自然の家にて

旬シーズンに
爆売れ

竹炭焼き

玄関や靴箱、クローゼットの消臭や、調湿に効果があります。また、竹の枝の竹炭はインテリアとしてもオシャレに飾れます♪



両谷市民センターで販売しています!
ぜひお試しください♪

