

おさゆき



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@ktqc03.net

発行責任者 鷹取 貴美子



～生涯学習市民講座～

【頑張りすぎないお手軽クッキング 第2回】

日時:9月8日(月)10:00～13:00/材料費:1000円

講師:山川 智恵美 氏(TAKIの台所主宰)

メニュー:フランスパンのグラタン・肉みそバリバリピーマンうま玉のせ

お月見豆腐白玉 (メニューは変更になる場合があります)

第2回開催分の締め切り:8月30日(土)

※材料代を添えてセンターへお申し込みください。☎452-3651

これからの予定:第3回 11/17(月) 第4回 R8 1/19(月)

子育て親育ち
応援講座



「ひよこぐみ」



【日時】 令和7年9月4日(木) 11:00～11:30

「栄養士によるかんたん幼児食」(試食あり)

【対象】 未就学乳幼児と保護者 10組

【参加費】 無料

みんなで一緒に大きくなりましょう(^^) お待ちしています。

♥今後の予定:10/9、11/13、12/11、1/15、2/12

長行市民センターへお申し込みください。☎452-3651

長行校区 妊産婦・乳幼児何でも相談

日時:9月25日(木) 毎月第4木曜日 ★12月は第3木曜日

10時15分～11時30分(受付は10:15～11:15まで)

会場:長行市民センター 多目的ホール(月によって会場変更あり)

お問い合わせ: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:951-4125

ちょっと寄れる場所「おさゆき広場」

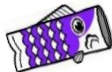
日時:9月25日(木) 毎月第4木曜日 ★12月は第3木曜日

10時15分～11時30分

会場:長行市民センター(多目的ホール)

11時より「心理士による子育てミニ講話」です。

(協力:双葉学園児童家庭支援センター)



こいのぼり「リメイク大作戦」



9月4日(木)9時30分～(毎月第1木曜日を予定しています)

興味のある方、どなたでも大歓迎です!

8/23に開催された“おさゆき夏まつり”で、リメイクバッグなどを多くの皆様にご購入いただき、ありがとうございました。売り上げは、来年度の“紫川こいのぼりまつり”に寄付する予定です。

お問い合わせは市民センターまで ☎452-3651

今月の行事予定

2日(火)第1回文化祭実行委員会

4日(木)ひよこぐみ「栄養士によるかんたん幼児食」

6日(土)おさゆき かるたキッズ

8日(月)生涯学習市民講座「お手軽クッキング」

13日(土)長行校区敬老会

20日(土)おさゆき かるたキッズ

25日(木)妊産婦・乳幼児何でも相談 おさゆき広場

27日(土)おさゆきかるたキッズ「小倉南区かるた大会」

29日(月)第2回文化祭実行委員会

【休館日】7日・14日・15日(敬老の日)・21日・23日(秋分の日)・28日



認知症月間

(令和7年9月1日～9月30日)

北九州市では、9月1日～9月30日の「認知症月間」の期間、認知症を正しく理解するための普及啓発活動を強化しております。

市民センターでも認知症関連チラシを設置しています。

北九州市認知症支援・介護予防課 認知症対策推進係

～小倉南区 食生活改善推進員養成教室のお知らせ～

ヘルスマイト大募集!

食生活改善推進員(通称ヘルスマイト)とは、地域のみなさんの食を通じた健康づくりをしていただくボランティアです。



◆対象 食生活改善のボランティア活動ができる方

◆日程【全6回】9:30～12:00(調理実習がある日は13時まで)

※第2回は9時30分～15時30分

令和7年 10/24(金)、11/20(木)、12/19(金)

令和8年 1/23(金)、2/27(金)、3/9(月)

◆会場 小倉南生涯学習センター(小倉南区若園5-1-5)

※11/20(木)は 北九州市立生涯学習総合センター

◆内容 栄養の基礎知識などに関する講話、調理実習等

◆募集 20名程度(年齢不問)

◆申込み方法

小倉南区役所保健福祉課へ、お電話でお申込み下さい。

◆申込み・問合せ先

小倉南区役所保健福祉課 担当:栄養士 TEL093-951-4125



敬老会を9月13日(土)に開催します

祝

日時:11時～12時30分(終了予定)

会場:長行市民センター

★各町内から、ご案内をしています。



お知らせ

9月の中央公園清掃は、
20日に変更になりました。

長行校区ふれあい文化祭実行委員会のお知らせ

第1回 9月 2日(火)

日時

第2回 9月29日(月)

第3回 10月29日(水)

13時30分～

場所

長行市民センター 多目的ホール

全市一斉夜間非行防止パトロール

9月11日(木) 20時～

※校区生活安全パトロールと合同開催



『生活安全パトロール』

11日(木)20時～

※全市一斉夜間非行防止パトロールと合同開催

『自転車パトロール』

6日・20日・27日

『徳吉中央公園清掃』3グループに分かれ当番制
20日(土)8時～(サマータイムの為)

担当:体育委員会・スポーツ推進員・民生委員・
少年補導員・少年補導委員

たくさん笑顔をお見送り！

第8回おさゆき夏まつり



8月23日(土)徳吉中央公園にて“おさゆき夏まつり”が開催され、お天気にも恵まれ、沢山の方にご来場いただきました。

17時30分よりバザーやゲームコーナーがはじまり、18時からの開会式では、小倉南区日々谷区長様をはじめ多くの来賓の方々からご挨拶を頂きました。また、長行小学校児童2名も参加して、亡くなった方々の御霊を慰める献花も行いました。

続いて、ステージイベントでは、スターバーストダンスクラブの皆さんのダンスがおまつりの雰囲気盛り上げてくれました。

今年は、5月から市民センターに“地域を学ぶ”目的で来館している北九州市立大学地域創生学群1年生の企画「かき氷屋さん」も出店して、昨年同様食品バザーは売り切れ続出の大盛況でした。お買い上げいただいた皆様、ありがとうございました。19時からの第41回盆踊り大会では、太鼓の音が鳴り響くやぐらの周りに、世代を超えて踊りの輪が広がりました。

最後は、皆様お待ちかねのお楽しみ抽選会！当たった人も残念ながら当たらなかった人も、笑顔でおまつりを締めくくりました。暑い中、ご来場いただいた皆様、朝から準備に携わった関係者の皆様、大変お疲れ様でした。



【おさゆきやるキッズ☆】

風船バレー大会

8月7日(木)北九州市発祥の“風船バレー”の大会を今年も総勢25名で開催しました。今回は、本格的なルールに則り、各チーム1台の車いすに乗ったプレーヤーを決めて行いました。風船の動きに悪戦苦闘する子どもやサポートの大学生たち！ハンデがあってもなくても同じコートに立つ事ができるという素晴らしい体験ができました。



かんたんおかずパンとスープ

予定の8月12日(火)が悪天候により市民センターが避難所となったため、8月16日(土)に変更して開催しました。講師の管理栄養士 佐藤純子先生に包丁の使い方や材料の切り方、手作りホットケーキミックスを活用しておかずパンづくりなどを教えていただきました。佐藤先生の信条の「作るって楽しい！おいしいって嬉しい」を体感できた笑顔いっぱいの講座になりました。



【おさゆきかるたキッズ】小倉南区かるた大会予選

8月9日(土)小倉南体育館で小倉南区かるた大会の予選会が開催されました。目標に「もっと小倉南区を好きになろう」を掲げ、集中して練習してきました。自分たちで考えたチーム名は、高学年「カープストリーマー長行」、低学年「がんばるぞ やるキッズ」と決めて挑戦しました。大健闘の結果、9月27日(土)に小倉競馬場で行われるこどもまつり本戦へ低学年が進みます！高学年の胸を借り、残り2回の練習にも気合を入れて取り組みます！応援よろしくお願いします(*^o^)/



夏休みラジオ体操頑張りました

7月22日(火)～8月22日(金)の夏休み期間中、述べ22日、524名(実数は子ども39名、大人30名)の参加で、ラジオ体操が無事終了しました。皆勤賞は子ども3名大人1名でした。



ラジオ体操の後、小倉南区かるたや皿回し、保健師さんや栄養士さんとのコラボ企画「働け細胞」、紙芝居、千羽鶴づくり、北九大の現役野球部員によるミニ野球教室など、身体や頭を使うレクレーションを楽しみ、その後「がんばる一む」で勉強をして、笑顔が絶えない夏休みを過ごしました(^^)v

～おさゆき ドット. コラム～

先日、子どもの木工講座でお世話になった「サン友創作工房」様より、かわいい子ども用の机椅子セットなどをご寄贈いただきました。さっそく遊びや学びの時間に大切にに使わせていただいています。温かいご厚意に心より感謝申し上げます。

生涯学習市民講座 長行歴史塾

第2回「殿様 編」

8月21日(木)さんさん会代表 鶴久 安治さんを講師にお迎えして、2回目の歴史講座を行いました。殿様に献上される鮎が紫川でたくさん採れたこと、桜橋一帯を立ち入り禁止にして殿様が娯楽観賞をしていたこと、佐賀鍋島藩の参勤交代の行列やお姫様のお輿入れの行列が長行を通ったことなど、地元にゆかりのある興味深いお話でした。

次回は10月16日(木)「祈り編」です



ふれあい昼食交流会

8月8日(金)多目的ホールにて、ふれあい昼食交流会が行われました。

南区役所の保健福祉課から栄養士、歯科衛生士の方々に来ていただき、食事をいただく前に口まわりのマッサージや、熱中症予防のために「過ごす部屋は温度計などを置いてこまめにチェック！」「涼しい服を着ましょう」などのお話しをして頂き、食後、希望される方は、野菜の摂取レベルが確認できる“ベジチェック”診断をしていただきました。

早くから準備してくださった食生活改善推進員の皆さん、お手伝いいただいた皆さん、ありがとうございました。



8/9(土)徳吉中央公園清掃～花壇清掃



皆さま、お忙しい中おつかれさまでした!(^^)!

年長者グラウンドゴルフ

8月21日(木) (敬称略)

1位 佐々木 俊二 2位 益永 義輝
3位 新山 政夫 4位 中野 清美・仮屋 浩

5位 岡村 司・木下 清政

<ホールインワン>

中野清美・岡村司・佐々木俊二・益永義輝・新山 政夫