

美しく、ふれあいのある街

たかくら

<http://www.ktqc01.net/mina/tksf/>



令和7年11月1日発行
北九州市立高蔵市民センター
小倉南区上吉田三丁目1番1号
TEL: 093-472-1775
FAX: 093-472-1776
発行部数1600枚
発行責任者 館長 中 村 章

センターだより 第301号

11月の休館日

2・3・9・16・23・24・30

秋のさわやかウォーキング ～到津の森公園散策～

さわやかな風が吹くシーズンになってきました。
季節の変化を感じながらのウォーキングは、心も体も
リフレッシュできます。今回は、**到津の森公園**を散策
します。可愛い動物たちの姿を見て癒されましょう。
みなさんのご参加をお待ちしてます。

【日 時】 11月15日(土) 9:30～15:30

【集合場所】 9:30 高蔵市民センター

【定 員】 15名

【持参する物】 ・飲み物・数物・バス代(1日券1200
円)・入場料<健康づくり推進員の会が400円負担>

…65歳以上無料(年齢が確認できる書類必要)

…65歳未満(通常800円が400円になります)

※弁当は持参または途中のスーパーで各自購入)

【コース】 市民センター → 三萩野 →

到津の森公園前(スーパー) → 到津の森公園

(昼食) → 三萩野 → 高蔵市民センター

【受 付】 11月2日(火)より来館・電話にて

【主 催】 高蔵校区社会福祉協議会

高蔵校区健康づくり推進員の会

たかくら元輝未来塾第7回

伝統の味噌づくり



11月20日(木)

11:00～13:00



「たかくら元輝未来塾」が自信をもっておすすめする
手作り味噌講座です。ご参加お待ちしております。

【講 師】 和田味噌 和田 優子 先生

【定 員】 15名 (応募多数の場合『元輝未来塾』の塾生優先)

【材料費】 2,200円 ※味噌容器(ジブロック)代を含む

【申込み】 11月4日(火)から来館または電話で受付

【持 参】 ・マスク・ゴム手袋・エプロン・三角巾・手ふきタオル
・飲み物・持ち帰り用袋

たかくら元輝未来塾 第8回

クリスマスピアリー を作ろう

12月4日(木)

10:00～12:00



【講 師】 ハンドメイド作家 水田 かおる 先生

【材料費】 1800円(申込み時必要)

【定 員】 15名 (応募多数の場合『元輝未来塾』の塾生優先)

【申込み】 11月10日(月)～22日(土)の間に、来館にて受付

※11月25日(月)以降のキャンセルは返金できません

(眼鏡の必要な方、グルーガンをお持ちの方はご持参ください)

みんな知りたい！ 介護保険の「ホヘト」

参加費無料 於:高蔵市民センター

11月14日(金)

10:00～11:30



介護保険制度とは? 将来の自分や家族のために、しくみや
サービスなどを知りたいということで、昨年度は「イロハ」を
学びました。それが大好評でしたので、今回はその続編として、
「ホヘト」を行うことになりました!奮って参加ください。

【講師】 吉田みどりの里ケアプラン 吉田

ケアマネージャー 瓜生 香織 様 他 職員 様

【定員】 30名程度 【申込み】 来館または電話で受付



11月のふれあい昼食交流会

【日 時】 11月19日(水) 11:30～13:00

※健康相談(11:30から)、お楽しみ会(昼食後)もあります

【対象者】 高蔵校区在住者または交流団体のおおむね65歳以上

【定 員】 30名程度 【申込み】 前日までに来館・電話にて

【参加料】 500円(当日おつりのないようにご準備ください)

第2回 クラブ代表者会議

【日 時】 11月22日(土) 10:00～11:00

【内 容】 ふれあいまつり反省会・年末大掃除打合せ

11月の行事予定

4日(火)	2年生まちたんけん	11:20～
5日(水)	エコバスツアー(秋吉台・萩)	8:00～17:30
6日(木)	自治連合会会議	19:00～
8日(土)	むかしあそび⑥	10:00～11:30
8日(土)	キッズたかくら⑤(風船バレー)	13:30～15:30
12日(水)	どんぐりコロコロ	10:15～11:30
12日(水)	生活安全パトロール	15:30～16:30
13日(木)	SALON de 折り紙⑧	10:00～12:00
14日(金)	介護保険の「ホヘト」	10:00～11:30
15日(土)	秋のふるさとウォーキング	9:15～15:30
18日(火)	花さかボランティア	9:00～ 9:30
18日(火)	社会福祉協議会会議	19:00～
19日(水)	ふれあい昼食交流会	11:30～13:00
20日(木)	高蔵元輝未来塾⑦(味噌づくり)	10:00～12:00
21日(金)	フリースペース(手あそび歌)	10:00～11:30
22日(土)	クラブ代表者会議	10:00～11:00
26日(水)	生活安全パトロール	15:30～16:30

まち美化大作戦②

10月11日(土)、本年度2回目の「まち美化大作戦」を実施しました。今回は、夏の間に茂りに茂った雑草の処理を中心に作業を行い、過去

最高の数のポリエチレン袋収集となりました。(写真上)
参加していただいた68名(大人50名、子ども15名、北九大生3名)の皆様、本当にありがとうございました。

これからも、みんなの力で「美しい街 高蔵！」を守っていきましょう。



写真
<個人情報保護>

吉田中生徒も清掃活動

9月26日(金)、吉田中46名北九大生2名が、2グループに分かれて、高蔵校区内の清掃活動を熱心に行ってくれました。若い世代にも美化意識が広がっています。



「美しく、ふれあいの
ある街」たかくら

第6回 たかくら元輝未来塾

フラワーアレンジメント

10月9日(木)、松末フラワーパークの松末美穂先生の丁寧で分かり

やすいご指導のもと、ハロウィンの飾りを付けた素敵なフラワーアレンジメントを作ることができました。



「むかしあそび⑥」

11月8日(土)10:00~11:30

11月8日(土)は、コマやけん玉などの「むかしあそび」をしてみんなで楽しい時間を過ごします。飲み物、ハンカチ(タオル)を持ってくるください。また、子どもたちと一緒に遊んでくれる大人も大歓迎です。ぜひ、ご来館ください!



いもほり

10月17日(金)の「フリースペースたかくらっこ」(写真右上)、18日(土)の「むかしあそび⑤」(写真右下)では、5月に植えたものの収穫をしました。今年は、昨年以上にたくさん収穫したので、みんな大喜びでした。

写真
<個人情報保護>

写真
<個人情報保護>

空き家課題

小倉南区 ワークショップ
「おうちを空き家にしない!」ためのイロハを学びましょう

開催日 13:00~15:00

11.17(月)

開催場所

朽網 市民センター
093(471)8566

・申込みは会場あてに直接お願いします。

「健康づくり推進員」募集

「健康づくり推進員」としてボランティア活動を地域で実践していただける方を募集します。詳しくは、高蔵市民センターにお問い合わせください。
☎472-1775

寄り道ウォーキング③ 12月5日(金) 北九州市立美術館へ

本年度3回目の「寄り道ウォーキング」は、西鉄バスを乗り継いで、北九州市立美術館本館に行き、芸術鑑賞をしてカフェで食事をするという優雅な時間を過ごしたいと思います。

【集合】9:10【時間】9:29~15:31【募集】15名程度

【持参】バス1日券代(1200円)・飲み物・タオル

【申込み】11月17日(月)~来館にて(食事代事前徴収)



写真
<個人情報保護>

寄り道ウォーキング② 小倉城周辺散策

10月2日(木)、水環境館→市役所展望室(地下食堂昼食)→小倉城庭園→小倉城→平和のまちミュージ

アムという盛沢山の散策をしました。身近な場所ですが、「初めて行った」「初めて知った」ことも多く、有意義な1日を過ごすことができました。

キッズたかくら⑤

ふうせんバレーで
あそぼう!

11月8日(土)13:30~15:30

持ってくるもの ★うわぐつ ★タオル★飲みもの
もうしこみ ★11月4日(火)から電話・来館で

キッズたかくら④

ハロウィンの
かざりをつくろう!

10月11日(土)、ハロウィンのかざりを手づくりしました。

やはり、自分で作ったものが一番いいですね。

写真
<個人情報保護>



フリースペースたかくら

11月21日(金) 10:00~11:30

手あそび歌

で楽しめます。

たくさんの未就学児の親子をお待ちしています。(無料)

また、9月と10月のフリースペースの時間に作った、「手形・足形かざり」は秋の高蔵ふれあいまつりで展示し好評でした。

写真
<個人情報保護>



11月の花さかボランティア

遊歩道花壇周辺の草取りをします。

一緒に作業できる方を募集しています。

【日 時】11月18日(火) 9:00~9:30

【場 所】吉田川遊歩道花壇

写真
<個人情報保護>

10月は6名参加