



生涯学習市民講座×長尾校区社協サロン活動

『ながお おとの学び舎』 健康ウォーキング

わが町の再発見をしながらウォーキングを楽しみましょう

日 時 R8年 2月20日(金) 10時~12時

集合場所 長尾市民センター 最終回です!

参加費 100円(保険料など)

講 師 健康づくり推進員の会

定 員 50名

持参する物 飲み物

長尾市民センターへお申込み下さい



長尾校区まちづくり協議会 地域でGO!GO!健康づくり事業

× 長尾校区社会福祉協議会 サロン活動

開催中

ながお 健康サロン

開催日:月・水・金曜日

※祝日はお休み

時 間:午前9時~

場 所:長尾市民センター

(雨天時は多目的ホール)



市民センターでラジオ体操を行っています。
健康づくり・仲間づくりに! 1日のみでも、たまにでも
どなたでもお気軽にご参加下さい♪

北九州市食生活改善推進員協議会

ふれあい昼食交流会

食を通して地域の健康づくりをする
食生活改善推進員さんの作るお料理
を食べに来ませんか?

食事の後は、楽しい催し物もあります。

❖日 時 毎月、第2水曜日
(2月は第3水曜日です)

❖場 所 長尾市民センター

❖昼食代 500円

※事前のお申込みが必要です。
長尾市民センターへお申込み下さい。

2月 18 日の催し

リハビリと健康づくりの相談

校区子ども会

キッズチャレンジスポーツ in 長尾

「やってみたい!」が見つかる1日!
いろんなスポーツに挑戦してみよう!

[日 時] 令和8年 2月15日(日)

10時00分~12時40分(受付 9時30分~)

[申込締切] 令和8年 2月8日(日)まで

※学校から配布されたチラシをご参照下さい



センタークラブからお知らせ

長尾トランポリンクラブ

毎週月曜日

13時~15時

ケアトランポリンを使った運動を通して、心身の健康の維持および増進を図り、フレイル予防に努めることを目的として、つどっています。
皆様もぜひ見学や体験に来ませんか。
市民センターまでご連絡下さい。

● 第14回長尾校区ディスコン大会
[日時] 2月8日(日) 8時30分開会式
[場所] 長尾小学校
● ふれあい昼食交流会
[日時] 2月18日(水) 11時30分~受付
[場所] 長尾市民センター 多目的ホール
● バンビーナ
[日時] 2月16日(月) 10時30分
[場所] 長尾市民センター 多目的ホール
● 令和8年度クラブ登録説明会
[日時] 2月14日(土) 13時30分
[場所] 長尾市民センター 多目的ホール
● 妊産婦・乳幼児なんでも相談
[日時] 2月9日(月) 10時15分
[場所] 長尾市民センター 多目的ホール

地域からのお知らせ

北九州市立長尾市民センター
小倉南区長行西1丁目1-1
TEL 451-1620/FAX 451-2150
✉ no-sf@ktqc03.net
発行責任者 今別府聰子

125周年
旧小倉市制
125th Anniversary

ひなまつり
スタンプラリー

市民センター・小倉北区・小倉南区
合同企画

「雛飾り」や「吊るし飾り」を見に
市民センターを巡ってみよう

実施期間
2/3(火)~3/3(火)

場所: 小倉北区市民センター全21館
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
*市民センターによって閉館時間が異なりますので予めご確認下さい。

(主催) 小倉北区役所 小倉南区役所

QRコード イベントの詳細はこちらから

このイベントは旧小倉市制125周年を記念して
小倉北区と小倉南区の市民センター計45館合同
で実施しています。

華やかな雛段飾りを眺めながら、お抹茶と手作り和菓子を
お楽しみください

◆2月25日(水) 10時30分~13時
参加費 300円
先着30名様

協力: 和楽茶会
(センタークラブ)

センターからのお知らせ

● ロングテール
《乳幼児向け絵本の読み聞かせ》

[日時] 2月2日(月) 10時45分

[場所] 長尾市民センター 多目的ホール

*市民センターによって閉館時間が異なりますので予めご確認下さい。

● 令和8年度クラブ登録説明会
[日時] 2月9日(月) 10時15分

[場所] 長尾市民センター 多目的ホール

● 妊産婦・乳幼児なんでも相談
[日時] 2月14日(土) 13時30分

[場所] 長尾市民センター 多目的ホール

● おひなさま作りを作ろう
[日時] 2月16日(月) 10時30分

[場所] 長尾市民センター 多目的ホール

● 令和8年度クラブ登録説明会
[日時] 2月14日(土) 13時30分

[場所] 長尾市民センター 多目的ホール

● 令和8年度クラブ登録説明会
[日時] 2月9日(月) 10時15分

[場所] 長尾市民センター 多目的ホール



2月の行事予定



日	曜	センター行事	地域行事	日	曜	センター行事	地域行事
1	日	休館日		15	日		校区子ども会 キッズチャレンジスポーツ
2	月	絵本の読み聞かせ「ロングテール」		16	月	バンビーズミニログ弘 「おひなさまかざりを作ろう」	
3	火	ひなまつりスタンプラリー(～3/3) 市社協高齢者支援「ぽかぽかクラブ」		17	火	市社協高齢者支援「ぽかぽかクラブ」	校区社協・まち協役員会
4	水		安心安全パトロール	18	水	ふれあい昼食交流会	安心安全パトロール
5	木	市社協高齢者支援「ぽかぽかクラブ」	民児協定例会議	19	木	市社協高齢者支援「ぽかぽかクラブ」	
6	金			20	金	市民講座 ながお おとの学び舎 「健康ウォーキング」	
7	土			21	土	ながおキッズわくわくランド 「おひなさまかざりつくり＆交流会」	
8	日	休館日	校区ディスコン大会	22	日	休館日	
9	月	妊娠婦・乳幼児相談		23	月	休館日	
10	火	市社協高齢者支援「ぽかぽかクラブ」		24	火	市社協高齢者支援「ぽかぽかクラブ」	
11	水	休館日		25	水	ひなまつりお茶席	安心安全パトロール
12	木	市社協高齢者支援「ぽかぽかクラブ」		26	木		
13	金			27	金		
14	土	市民講座 ていねいな暮らし講座 「シフォンケーキ作り」 センタークラブ登録説明会 避難訓練	校区社協みどりと花のサロン	28	土		

※全ての行事は、都合により中止・延期になることがあります。了承ください

生涯学習市民講座

1月16日(金)

ながおおとの学び舎 「大人の社会科見学」 ～松本清張記念館～

今回は、小倉生まれの小説家・松本清張の足跡をたどるため、松本清張記念館を訪れました。集合写真の背景には、千点にも及ぶ清張作品がずらりと並び、参加者の皆さんからは「この作品は読んだ」「これはドラマで見た」など、懐かしい思い出話が次々と聞かれました。また、実際に使用されていた書斎や応接間なども見学し、松本清張の世界観にゆっくりと触れる貴重な時間となりました。



ながおキッズわくわくランド ～おかねの学校～

1月17日(土)



今月は、西日本シティ銀行の皆さんを講師にお迎えし、「お金の学校」を開催しました。お金の役割や、私たちの生活の中でどのように循環しているのかを、劇を交えながら分かりやすく解説していただきました。後半は、すごろくを使ってお金が増減する仕組みを出納帳に記入しながら体験。札勘(模造紙幣で数える体験)や1億円の重さ

を実際に持つことで、お金の大切さや上手な使い方について楽しく学ぶことができました。

わいわい市民センター

毎月第2土曜日は「e-スポーツの日」です。今回も子どもたちが遊びに来てくれました。いつでも、市民センターに遊びに来てくださいね！
☆見守りをしてくれるおとなも募集中です。お気軽にお越しください。

※次回2月14日はお休みです

1月10日(土)



長尾市民センター子育て支援事業

1月5日(月)

ロング テール

今回は冬休み中だったのでお兄ちゃん、お姉ちゃん達も参加して読み聞かせを楽しみました。



バンビーズ

1月26日(月)
「豆まき～鬼は外！福は内！」
今月は、2月の節分にちなんで豆まきをしました。みんなで丸めた新聞紙を豆に見立てて段ボールで作った大きな鬼の口に投げ込みました。今回の鬼の顔は北九州の学生さんが作成してくれました。お母さんも赤ちゃんも鬼をやっつけようなどたくさん豆を投げ込みました。



「とうふ汁」に まつわるストーリーを大募集！

- ・食べているのはこんなシーン
- ・わが家では決まってこの具材
- ・思い出やエピソード、とうふ汁への熱い想い
- なんでもOK!



集まったエピソードは、市政だよりや区ホームページで紹介するかも！?
あなたの「とうふ汁ストーリー」がみんなの話題になるかもしれません。お楽しみに！

担当課：小倉南区役所総務企画課