

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

3月 1日
8日
15日
20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・FAX451-1138

発行責任者 郷田 滋

<http://www.ktqc01.net/mina/rtcc/index.html>

Eメール rt-cc@ktqc02.net



ひなまつりスタンプラリー開催中

2月3日(火)～3月3日(火)までの期間中、小倉北区、小倉南区の市民センター全45館でひなまつりスタンプラリーを開催しています。両谷市民センターも、地域の方からお借りしたかわいいひな人形や、つるし雛などを展示していますのでぜひご覧ください♪

リサイクルボックスのお知らせ

日頃より資源ゴミの回収にご協力いただきありがとうございます。古紙はまちづくり協議会の貴重な活動資金となります。今後とも皆様のご協力をお願いいたします。

【トレイボックス】

- ※出せるもの※
- 肉・魚のトレイ
- ※洗って乾かしたもの

トレイボックスに出せないもの

- 納豆容器 発泡スチロール容器
- アルミの貼ってある物
- 上縁に糊がついたもの

【紙パック】洗って、開いて乾かしてください。

【古紙】新聞紙・雑誌・ダンボール等は、種類ごとにヒモで十字にくくって出してください。

※カーボン紙や防水加工紙など特殊な紙は回収できません。

【小物金属】

なべ・やかん・フライパンなど大きさが30センチ程度までの金属からできているもの。



平日 9:00～17:00、土曜日 9:00～16:30

中谷地区まちづくり協議会 合馬校区まちづくり協議会

ご卒業 おめでとうございます

菅生中学校 3月12日(木)

合馬小学校 3月18日(水)

すがお小学校 3月18日(水)

募集中 地域でGOGO健康づくり中谷

体力測定体験会

障害物歩行でつまずき予防を測定したり、6分間歩行で長時間歩行能力の測定を行います。予約不要♪お気軽にご参加ください♪(所要時間：15分～20分)

① 3月5日(木) 14:00～16:00
10m障害物歩行

② 3月19日(木) 14:00～16:00
6分間歩行

【会場】両谷市民センター 2階多目的ホール

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 3.12 (木) 13:00～15:00

開催場所 両谷市民センター 093(451)1138

・詳細はこちらのQRコードから。
・申込みは会場にて直接お願いします。

主催：小倉南区役所 総務企画課 093-280-7839 (9:00～17:00)

掲載講座・イベント等の申込は3月2日(月) 9:00～両谷市民センター TEL093-451-1138

合馬校区まちづくり協議会主催

会場：合馬竹林公園 (雨天時：合馬竹林公園展示館内)

合馬 たけのこまつり

四季折々の魅力いっぱいの合馬。たけのこまつりが開催されます！春の訪れを感じに、ぜひ合馬へお越しください♪

来てくれたちびっこに竹トンボをプレゼント♪ (先着100名)

3月22日(日) 9:00～14:00

9:00～開会式典 9:30～販売

アトラクション 10:00～10:30 菅生中学校吹奏楽部演奏 10:45～11:30 合馬神楽



- 出店**
- 合馬たけのこ・地元新鮮野菜
 - 焼たけのこ・たけのこご飯
 - たけのこスティック
 - たけのこ入り豆腐汁(限定100食)
 - 味噌汁・手作りパン
 - 焼き菓子・コーヒー
 - 駄菓子・小物販売 など

★雨天時は、アトラクションはありません。 ※出演に関しては変更・中止になる場合があります。

★売り切れ次第終了 ★エコバックを持参ください

健康づくり推進員企画 **桜DEウォーキング** **募集中**

志井川沿いの桜並木を1万歩めざしてウォーキングします。

【日時】3月27日(金) 10:00～12:00

【集合場所】両谷市民センター(9時20分集合)

【対象】地域住民

【参加費】50円(保険代) ※当日徴収

【定員】先着45名(6名以上で決行)

【持ち物】飲み物、タオル、おにぎり

【申込】来館またはお電話

※雨の場合は中止です

3月の行事予定 【★】参加者募集中!

- 5日(木)・地域でGOGO健康づくり「体力測定体験会①」(10m障害物歩行) 14:00～16:00【★】
- 12日(木)・菅生中学校 卒業式
- 13日(金)・青色パトロール
- 14日(土)・両谷乳幼児子そだてひろば ファミリーコンサート 13:30～15:00【★】
- 16日(月)・中谷まちづくり協議会定例会
- 16日(月)・健幸スプリングコンサート 14:00～15:30【★】
- 17日(火)・サロンdeげんき 10:30～14:00【★】
- 18日(水)・合馬小学校、すがお小学校 卒業式
- 19日(木)・地域でGOGO健康づくり「体力測定体験会②」(6分間歩行) 14:00～16:00【★】
- 22日(日)・合馬たけのこまつり(合馬竹林公園にて)9:00～14:00
- 26日(木)・ワックスがけ
- 27日(金)・桜DEウォーキング 10:00～12:00【★】

本年度の家庭教育講座を無事に終了しました

本年度の家庭教育講座は、学校長や委員会の皆様のご協力のおかげで無事終了することができました。



～開級式・講話～合馬小



～人権市民講座～合同



～ヤクルト工場見学～合馬小



～高校施設見学～菅生中



～ハンドクリーム作り～菅生中



～閉級式・給食試食・アロマ講座～合馬小



報告

卓球

生涯学習
市民講座

わくわくちびッコ広場

パン作り



1月24日、卓球クラブの方々に先生をお願いし卓球教室を行いました。初めて卓球に挑戦する子どもたちもいましたが、クラブの熱心なご指導により、ぐんぐん上達し「楽しかった♪」「またしたい♪」などの声が多くあがりました。



2月7日、パン作り講座を実施しました。丸いパン生地から、自分の好きな形のパンを作り、発酵させる時間を使って、パンを紹介するカードを作成しました。パン屋さんになりきって、パンの名前や販売価格を自分で考え、想いのつまったパンとカードが完成しました♪



生涯学習
市民講座

大人の雑学リンパでいきいきセルフリンパ

報告

1月27日、2月2日の2回に渡って、日本メディケアリンパ協会副理事長の石井満咲子氏ご指導の下、「リンパでいきいきセルフリンパ(上半身編・下半身編)」を開催しました。



上半身、下半身のリンパケアについて学んだあと、タオルを使ってリンパマッサージを行いました。みなさん熱心に取り組まれ、「家でも継続していきたい!」と大好評でした♪

消防訓練実施



12月26日、本年度1回目の火災避難訓練を実施しました。通報、避難、消火の手順を再確認し、訓練に取り組みました。



地域でGOGO健康づくり合馬

美味しく適塩健康料理教室～冬野菜編～



1月28日、栄養士の関根あけみ先生を講師にお迎えして、地元で採れた冬野菜を使って、身体が温まる適塩料理を教えてくださいました。



報告

生涯学習市民講座

両谷探訪

合馬校区まちづくり協議会
×中谷地区まちづくり協議会

竹でせいろ作り

2月10日、竹でせいろ作りを行いました。センター職員で準備した竹や木の材料を、参加者の方に磨いたり、組み立てたりしていただきました。みなさん集中して取り組まれ素敵なせいろが完成しました。



クラブ登録説明会を開催しました。

2月9日、令和8年度クラブ登録説明会を実施し「市民センタークラブ活動要項」などについての説明をしました。クラブの皆さまが学習活動を活発にされ、ご利用いただけるよう、職員一同サポートさせていただきます。

報告

人権市民講座 中谷地区まちづくり協議会共催

音楽はこころのビタミン愛 歌って健幸コンサート

2月9日、音楽療法士・介護福祉士である近藤美鈴さんをお迎えして『歌って健幸コンサート』を開催しました。テンポの良いお話と楽しい歌で会場は大盛り上がりで、参加者の方からは「歌って笑って楽しい時間が過ごせた♪」「脳トレにもなって楽しかった♪」などの声が聞かれました。



中谷地区まちづくり協議会主催

報告

バレンタインジャズコンサート

2月12日、JazzDuo「フタリポッティ」の近藤タケユキさん(サクソ)と渡辺大樹さん(ピアノ)によるジャズコンサートを開催しました。生演奏のジャズに魅了され、お二人の楽しいトークに癒され、とても楽しいひとときを過ごすことができました。

