



■妊産婦・乳幼児なんでも相談

ちっちゃいたまご

予約不要

◆日時 3月24日(火) 10:30~11:30

◆場所 東谷市民センター 第一和室

◆内容 妊産婦の健康相談

身長・体重測定、育児相談

◆持参物 母子手帳・バスタオル

※問い合わせ先 小倉南区役所 保健地域保健係
(健康相談コーナー)TEL:093-951-4125

ご卒業

おめでとうございます

市丸小・新道寺小・東谷中学校
卒業式・修了式の日程

小学校

中学校

卒業式 3月18日(水)

3月12日(木)

修了式 3月24日(火)

3月24日(火)

東谷市民センターからのご報告

子ども講座

～手作りチョコ&フルーター～



1月31日(土)子ども講座「手作りチョコ&フルーターで遊ぼう」を開催しました。総勢24名が参加し、クランチチョコ作りと鈴カステラをデコレーションをし、かわいいねこなどを作りました。

チョコが溶けにくかったり、逆に固まってきたりとハプニングもありましたが、無事に完成！チョコを冷やす間に、フルーターを行い、班ごとに分かれ、試合形式のゲームをしました。簡単そうに見えて意外と難しいフルーターに子どもたちは大きな歓声を挙げながら楽しんでいました。

最後に、それぞれ作ったチョコを可愛くラッピングして記念撮影！

手作りしたチョコのお味はおいしかったかな？



市民講座

～小倉織縞々さげもん作り～



1月29日、2月5日、2月19日の3回にわたり日本ヴォーグ社認定講師の脇迫志織氏をお迎えして「小倉織縞々さげもん作り」を開催しました。

9名が参加し、小さいパーツに苦勞しながらも、参加者同士、わからない所を教え合ったりしながらさげもん作りをしました。

集中していると、時間が過ぎるのが早く、あっという間に終わりの時間!?とびっくりすることもありましたが、時間内に終わらず、家でさげもん作りに励む日もありましたが、かわいく仕上げるのが出来ました。

小倉織縞々さげもんはセンターに飾っていますので、ぜひセンターに見に来てくださね。



市民講座

共催：東谷地区まちづくり協議会健康づくり部会
東谷地区社会福祉協議会

～薬剤師のお話～

1月24日(土)、高齢者サロン共催の市民講座「薬剤師のお話」を開催しました。

72名が参加し、体が温まる食材を使った薬膳カレーを頂き、その後、講師のひらかわ薬局薬剤師、平川剛氏に「薬局でよく受ける質問について」お話していただきました。

①症状が改善したら薬を止めても良いのか？

自己判断で薬を止めるのは危険！

②昔もらった薬を服用しても良い？

同じ症状でも、身体の状態により相違があるので、使い残しの薬の服用は避ける！

などの話を聴きました。参加者からは、「体調不良時にやりがちな事だが、薬の危険性を理解し、誤った使い方をしないように気を付けたい」との感想がありました。



人権市民講座

～地域別研修会～

2月7日(土)、講師に徳力地域交流センター館長の東田倫子氏を講師に迎え、人権市民講座「同和問題について」を開催しました。29名が参加し、同和問題について学びました。

同和問題は今現在も根強く残っており、同和問題の当事者たちは就職や結婚の際に周囲の反対にあうなどの差別だけでなく、インターネットの発達により、ネット上でも人権侵害が広がるなど、時代と共に変化しています。

これらの差別をなくすためには、

①人権問題に当事者意識を持つ



②自分の言動に問題意識を持つ
③人権に関する情報をアップデートし、偽情報に振り回されない
の3点が重要となります。常日頃から継続して気を付けていく必要性を感じました。



東谷市民センター及び地域からのお知らせ

ひなまつりスタンプラリー

小倉南区と小倉北区の全45市民センターで3月3日(火)まで開催中です。
東谷市民センターにも雛飾りを飾っており、また、来館記念にくじを準備しています。
ぜひ、スタンプラリーに参加し、素敵な雛飾りを見に来てくださいね。



■小倉南区役所 保健福祉課

健康料理普及講習会

- ◆日時 3月6日(金) 11:30~13:30
- ◆場所 東谷市民センター第一和室
- ◆対象 65歳以上
- ◆費用 500円(材料費)

■東谷地区まちづくり協議会

第14回まちづくり協議会カップ

- ◆日時 3月23日(月) 9:00~9:30受付
- ◆場所 東谷興農会 グラウンド
- ◆対象 東谷地区にお住まいの方(年齢制限なし)
- ◆費用 無料
- ◆定員 50名(要申込・先着順)
- ★申込は東谷市民センターにて受付中
TEL 093-451-0217
- ※申込は3月10日(火)までです。

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。
・申込みは会場あてに直接お願いします。

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



最後の
ワークショップ
みんなで学ぼう！
実家のこと、今住んで
いる家のこと、これからの
こと等、この機会に向き合
ってみませんか？

申込は
両谷市民センターへ
093-451-1138

カルスト句会

微かなる音 佗助の花落ちぬ
水鳥の波紋 穏やか昼下がり
越えて来し 苦労話や木の葉髪
受験子 を乗せて一 笛列車発つ
凜として 星と並びぬ 寒の月
庭隅が 明るく 光る 猫柳
春の 山昼 風入りて ながめをり
倒るるも 残るその 香や 水仙花
ランダムに 小さきあしあと 庭の雪

奥田 峰松 矢野 林田 原田 篠原 浦野 西脇 吉川
みる 一郎 英枝 もと子 すま子 敬祐 延子 公俊 睦子

3月行事予定

行事予定

※予定は変更となる場合があります

日にち	センター行事	地域行事
6(金)	健康料理普及講習会	
12(木)		中学校卒業式
13(金)	パトロール14:30~	
14(土)		まち協主催「魚の捌き方」13:00~
15(日)		クロスカントリー
18(水)		小学校卒業式
23(月)		まち協カップ
24(火)	ちっちゃいたまご	小・中学校終了式
27(金)	パトロール19:00~	
28(土)		高齢者サロン
31(火)	避難訓練	