



### ながお **おとなの学び舎** 【全9回】

期間：5月15日(金)～R9.2月19日(金)

参加費：1講座100円(保険料など)

※各回ごとにお申し込みが必要です

※材料費などが必要な回があります



《第1回》スマホ教室 ① ～マップやカメラを使ってみよう～

日時：5月15日(金) 10時30分～12時 定員20名

《第2回》スマホ教室 ② ～ネットやアプリを使ってみよう～

日時：6月19日(金) 10時30分～12時 定員20名

お問い合わせは長尾市民センターまで

### 子育てサポーター養成講座

子育て中の親子の気軽な相談相手や見守りなど、地域でボランティア活動をしてくださる子育てサポーターを養成します。4回以上受講された方は、北九州市の子育てサポーター登録証をお渡しします。

◆日程：6/24(水)、7/1(水)、7/8(水)

7/15(水)、7/29(水) 全5回

◆時間：10時～12時

◆受講料：無料

◆会場：小倉南生涯学習センター2F 特別会議室

◆定員：30名(先着順)

◆申込先：小倉南区役所コミュニティ支援課

TEL 951-4115 (岩元・山本)



小倉南区子育てサポーターの会「みなみん」

15周年記念

### あそびの広場

令和8年6月13日(土)

10時30分～12時30分

参加無料

申込不要

場所：小倉南生涯学習センター3階

対象：主に未就学児と保護者

- 歌のお姉さん まいまいちゃんコンサート
- 手形・足形 ●バルーンアート ●手づくりおもちゃ等

主催：小倉南区子育てサポーターの会「みなみん」

小倉南区役所コミュニティ支援課

問合せ：951-4115 (岩元・山本)

### 国際電話による

### ニセ電話詐欺被害に注意!

ニセ電話詐欺の入口は半数以上が「+」から始まる国際電話番号からです。

海外との電話が不要な方は「国際電話利用休止サービス」をご利用いただけます。インターネットや郵送で申込可能です。申込書は市民センターにあります。記入等のお手伝いもしますので、お気軽にお声かけ下さい。

### 指定ごみ袋 市民センターにて各種販売中

■家庭ごみ用		■かん・びん	60円
大袋	500円	■ペットボトル	
中袋	330円	小袋	60円
小袋	220円	■プラスチック	
		大袋	100円
		小袋	60円



【販売元】  
長尾校区まちづくり協議会

### 今年も始まるよ! みんな集まれ!

小学生向け講座【全9回】

### ながおキッズわくわくランド

みんなの「知りたい!」「やってみたい!」を楽しく体験します

期間：5月16日(土)～R9.2月20日(土)

※8月はお休みです

詳しい日程や内容は、小学校から配布されるチラシをご覧ください♪

★4月23日(木)10時より受付開始

定員 25名(先着順)

参加費 2,500円(年間)

※材料費・保険料を含む

★お申し込みは右の2次元コードより⇒

お問い合わせは長尾市民センターまで



校区社協 サロン活動 × 校区まち協 地域でGO!GO!健康づくり事業

### ながお 健康サロン

開催日：月・水・金・土・日曜日

※祝日はお休み

時間：午前9時～

場所：長尾市民センター

市民センターでラジオ体操をおこなっています。

おひとりでも参加できます!

♪子ども達には参加賞があるよ♪

健康づくり・仲間づくりにお気軽にご参加ください♪

お問い合わせは長尾市民センターまで

5月から  
土日も  
はじまるよ!



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が作るお料理を食べに来ませんか?

食事のあとは楽しい催し物もあります!

◆日時 毎月、第2水曜日

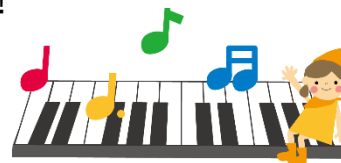
◆場所 長尾市民センター

◆昼食代 500円

※事前のお申し込みが必要です

お申し込みは長尾市民センターまで

5月13日(水)の催し ▶ エレクトーンの演奏



### 地域からのお知らせ

- ワンコインパーティー  
ボランティアグループ  
ニユースポーツモルック大会
- 【日時】5月30日(土)
- 【場所】長尾市民センター多目的ホール
- 【参加費】500円(当日徴収)
- ※5月23日(土)までに  
市民センターにお申込みください
- 八坂神社 例大祭 (祇園祭)
- 【日時】5月5日(火・祝)
- 八旗八幡神社 祈年祭
- 【日時】5月16日(土)
- 【場所】八旗八幡神社
- 第2回長尾校区モルック大会
- 【日時】5月17日(日) 8時30分開会式
- 【場所】長尾小学校 校庭
- 【予備日】5月24日(日)

### センターからのお知らせ



# 5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	金			16	土	ながおキップわくわくランド 「缶バッチで自分の名札を作ろう」	八旗八幡神社祈年祭
2	土			17	日		校区モルック大会
3	日	休館日		18	月	バンビーズ ミニプログラム 「ママのためのてづくりワークショップ」	
4	月	休館日		19	火	市社協高齢者支援「ぼかぼかクラブ」	校区社協・まち協役員会
5	火	休館日	八坂神社例大祭	20	水		安心安全パトロール
6	水	休館日		21	木	市社協高齢者支援「ぼかぼかクラブ」	
7	木		民児協定例会議	22	金		
8	金			23	土		
9	土	わいわい市民センター「e-スポーツの日」	みどりと花のサロン	24	日		
10	日			25	月		
11	月	妊産婦・乳幼児なんでも相談		26	火	市社協高齢者支援「ぼかぼかクラブ」	
12	火	市社協高齢者支援「ぼかぼかクラブ」		27	水		安心安全パトロール
13	水	ふれあい昼食交流会	安心安全パトロール	28	木	市社協高齢者支援「ぼかぼかクラブ」	菅生中学校体育大会
14	木	市社協高齢者支援「ぼかぼかクラブ」		29	金		
15	金	市民講座 ながおとなの学び舎 「スマホ教室①マップやカメラを使ってみよう」		30	土		ボランティアグループワゴンパーティー
				31	日	センタークラブ協議会「遊友サロン」	

※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。ご了承ください。

## 令和8年度クラブ紹介

～クラブの見学はお気軽にどうぞ

はじめの一步を一緒に♪ お待ちしています～  
【お問合せ先】長尾市民センター ☎451-1620

曜日	クラブ名	実施週	時間	クラブ紹介	曜日	クラブ名	実施週	時間	クラブ紹介
月	リサイクルエコクラブ	1・3週	9:30 ～ 12:00	着なくなった着物や洋服の生地を利用して、その時の流行に合ったスタイルを作り出しています。楽しい雰囲気なクラブです。入会大歓迎です。	木	長尾スポーツクラブ 空手	毎週	18:30 ～ 20:30	男女を問わず子どもから大人まで礼儀、形、組手を学んでいます。
	長尾トランポリンクラブ	毎週	13:00 ～ 15:00	長尾トランポリンクラブが発足しました。先生達と一緒に元気な体になるよう楽しんでいます。		和ーど押し花	1・3週	10:00 ～ 12:00	押し花を使った作品作りを一緒に楽しみませんか？
火	パソコン同好会	毎週	9:30 ～ 11:30	やってよかった！パソコン手習い!! 最初は誰でも素人です。みんなで楽しく一緒にパソコンを学びましょう。	金	長尾水彩画クラブ	2・4週	10:00 ～ 12:00	水彩画という自己表現手段を通して豊かな人生が送れます。一緒に自分の思いを水彩画に表現しましょう。
	男の料理エプロン	第2週	9:30 ～ 12:30	多くが70代以上の会員です。「料理を通して仲間を作りたい」「手作りの調理をしたい」という貴男(アナタ)。月1回料理し、会食しませんか。初心者大歓迎です。随時、男性会員募集中です。		3B体操 ひまわり	毎週	13:00 ～ 15:00	用具を使ってストレッチ・筋トレ(フレイル予防に)楽しく体を動かしています。心も体も「健康で美しく」日常生活が送れますように、いつでも体験どうぞ
	はつらつ健康体操	毎週	12:30 ～ 14:30	大切なひとつしかない身体をほぐして、ゆるめて動かして、笑っておしゃべりしてお口の運動も楽しむクラブです。		オカリナ同好会秋桜	2・4週	14:00 ～ 16:00	只今10名で元気に楽しく活動しています。頭・指をフルに使ってオカリナのやさしい音色に日々癒されています。
	楽しい英会話	1～3週	14:30 ～ 16:00	言語学者の先生から教わる英語は、ていねいに、なぜそうなるのかを基本に、昔、習った英語とはかなり違い生徒の質問と受け答えて、いつも笑顔の絶えない楽しい教室です。	JC PomPom	毎週	17:30 ～ 19:30	小学校高学年から中学生を中心にKid's PomPomよりも、更にレベルアップを目指して活動しています。	
	アロハフラサンシャインカズ	1・2・4週 第3のみ月	19:00 ～ 20:30	いくつになっても輝いた女性でいるために、フラダンスは体だけでなく心も癒してくれます。初心者でも安心。運動不足やストレス解消に楽しく自分磨きしませんか？見学・体験(無料)もOKです！	コーラス 長尾	1・2・4週	10:00 ～ 12:00	伴奏の先生のピアノの音を頼りにパートのメロディーを覚え、指揮の先生のユーモア溢れる指導に大きな笑い小さな緊張の中で、2時間の合唱練習を続けています。楽しい時間を一緒に過ごしてみませんか？	
水	楽しいパンクラブ	第1週	9:30 ～ 13:00	美人ぞろいなメンバーが、ワイワイ楽しくパン作りをしています。文化祭での販売も大好評で即完売しています。	土	さくら書道	1～3週	12:30 ～ 14:30	子ども・大人、硬筆・毛筆。字は一生の友。一緒に楽しく学びませんか！
	和楽茶合	第4週	10:00 ～ 12:00	月に一度、お抹茶を楽しんでいます。流派を問わず、作法も気にせずおしゃべりも弾みます。しばし、雅な時間でリフレッシュしませんか？		らくらくリンパ	1・3週	13:00 ～ 15:00	リンパの流れを整えて、身も心も癒される1時間楽しくワイワイやっています。
	マイトリーヨガクラブ	1・3週	9:30 ～ 11:30	6月より第1・第3・第4水曜日の9:45から11:15楽しくヨガを行います。呼吸に合わせてポーズを行い、リフレッシュしています。笑顔いっぱいのサークルです！！					
木	Kid's PomPom	毎週	16:00 ～ 18:00	ポンポンを使って仲良く楽しく踊ります。リズム感を養って基礎体力UP！を目指します。随時、見学受付中です。					
	長尾居合道クラブ	毎週	18:30 ～ 20:30	子どもから大人まで・居合道と共に礼儀作法を学びます。随時会員募集中です。					
	フォークダンスクラブ	毎週	10:00 ～ 12:00	世界各国の民謡舞踏を皆で楽しく踊ることで親睦を深め、技術の向上・健康維持に努めています。初心者大歓迎。一度見学にどうぞ。					
	スローライフ健康クラブ	毎週	13:30 ～ 15:00	楽しい雰囲気なか、健康を重視したリズム体操・柔軟体操を主にしています。脳トレもガンバってるよ！					

入学・ご入園  
おめでとうございます  
菅生中学校  
長尾小学校  
長行幼稚園  
のぞみ保育園

4月14日(火)長尾小学校の入学式が行われ、85名の1年生が入学しました。翌日から、長尾小学校PTAと生活安全パトロール隊のみなさんが登下校の見守り活動を行っています。ありがとうございます。

