

安心とふれあいのまち

- ★生涯学習の場
- ★友だちづくりの場
- ★話し合いの場
- ★生きがいくりの場
- ★いこいの場
- ★健康づくりの場
- ★防災活動の場
- ★情報収集・発信の場



# 朽網

7月くさみ

北九州市立朽網市民センター

〒800-0233  
北九州市小倉南区朽網西3丁目6-39  
TEL 471-8566  
FAX 471-8680

ms-cc@ktqc02.net

発行責任者 河野 千穂子



ホームページは  
こちらです

### 生涯学習市民講座

100年ライフ『くさみ咲く』

## 3B体操

7月29日(水)10:00 ~ 11:30

用具を使って音楽に合わせ  
楽しく体を動かす健康体操です

講師 進悦子(クラブ『どんぐり』講師)

〈定員〉 20名  
〈場所〉 朽網市民センター・多目的ホール  
〈申込み〉 7月1日(水) 9:30~



### わくわく朽網っ子 ~夏休み編~

#### ◆「ほたる館の生き物たちがやってくるよ！」

7/27(月) 13:30~14:30

11時~16時、生き物たちの展示もしています。地域の方も、ぜひご来館ください♪

#### ◆「本格ピザランチを作ろう！」

7/30(木) 10:00~13:00

#### ◆「学びながら楽しもう!エコ工作づくり」

8/17(月) 10:00~12:00

※小学校にチラシを配布します♪



### 夏休み 熱中症、けがに気をつけて過ごしてね!!

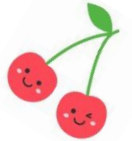


妊産婦・乳幼児なんでも相談

#### 「のびのびランド」

7月14日(火) 10時

保健師さんがきますよ!



子育てフリースペース

#### 「さくらんぼ」

7月28日(火) 10時

「お兄ちゃんお姉ちゃんと遊ぼう」



申込専用 471-8680 その他問合せ 471-8566

### 家庭教育講座・人権市民講座

## 「人形ボードヴィル ドラ」

北九州を拠点に活動するドラさんが、朽網市民センターにやってきます!人形劇を通して笑顔であたたかい気持ちになって頂ければと思います!



【日時】 8月7日(金) 13:00~14:00  
【場所】 朽網市民センター  
【対象】 小学生 地域の方  
【参加費】 無料

小学校に  
チラシ  
配布します

朽網市民センター・南曾根児童館 共催  
朽網小学校 PTA 協賛

### お知らせ

#### ■神幸祭の写真を展示しています

市民センターに神幸祭の写真を展示しています。購入希望の写真がありましたら、お気軽にお声かけください。(7月末まで)



#### ■TOTO夏祭りの日程

今年は、10月3日(土)の開催となります

#### ■朽網小学校・南曾根中学校

##### 夏休み

7月18日(土)~8月25日(火)

### 市民センター外壁工事が始まります

市民センターの外壁工事が始まります。

ご来館の際は、お気をつけください。また、10月末までの期間中、駐車台数が限られます。ご迷惑をおかけしますが、どうぞ、ご理解ご協力をお願いします



### 中高生のみなさんへ

夏休み期間中の毎日午前中、市民センターの一室を学習室として開放します。



#### ■みんなで歌って♪

##### 「歌声広場」

7月28日(火) 13時30分

#### ■仲間づくり、交流の場

##### 「ふれあいサロン」

7月9日(木) 10時

#### ■バリアフリー広場

##### 「はなばたけ」

7月14日(火) 11時30分

#### ■カラオケサロン(大人)

7月27日(月) 13時

申込みは不要です。

お問合せは、市民センターまで

31	30	29	28	27	26	25	24	23	22	21	20	19	18	17	16	15	14	13	12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1			
金	木	水	火	月	日	土	金	木	水	火	月	日	土	金	木	水	火	月	日	土	金	木	水	火	月	日	土	金	木	水			
定期清掃	◇わくわく朽網っ子 『本格ピザランチを作ろう!』	◇生涯学習市民講座 『3B体操』	◇歌声広場 ◇さくらんぼ	◇わくわく朽網っ子 『ほたる館の生き物たちがやってくるよ!』※生き物展示	休館日	◆まち協役員会	◆ふれあいネットワーク会議				◆朽網中央公園清掃 休館日		◆生活・安全パトロール				◇◇のびのびランド(乳幼児相談)はなばたけ		休館日	◆ウエルクラブ発会式		◆ふれあいサロン		◆◆まち協理事委員会 健康づくり委員会		休館日	◆生涯学習市民講座 『歴史講座 小倉城ものがたり』 ◆生活・安全パトロール						7月の行事予定

## 脱ロコモプロジェクト

令和8年の5回シリーズがスタートしました。講師は、三浦慶太郎（さくら整形外科理学療法士）先生です。これからも健康でいる



ため、寝たきりや要介護にならないように、骨・関節・筋肉の衰えを防ぐロコモ防止運動を1年間実施します。

次回は9/14（月）です。

## 健康体操

5月28日（木）

当センタークラブ「ニコロコモ」

講師 田代成範先生による健康体操を行いました。



スライドで筋肉と腰痛の関係について学んだあと、多種多様な音楽♪のリズムに合わせて身体を動かし、心も身体もリフレッシュしました！

「朽網の方は動けるレベルが高いです！」と先生

も驚かれ褒めていただきました。

皆さん！

運動を習慣にして生き活きと日常生活を送りましょう！

（参加者31名）



## かしわ飯をみんなで作ろう

6月2日、当センター河野館長を講師にみんなでかしわ飯を作りました。



あまり台所に立たない方、自分の食事くらい自分で作りたい方、みんなで食事をしたい方、不定期ですが、これからもやりますので、館報にご注目！

## ひまわり文庫



本の入替えをしました夏休みは、本がたくさん読める時！

小中高生のみなさん、ひまわり文庫を利用してね。

## 朽網中央公園清掃

7月19日（日）8時

●次回掲示板の折り紙の日は7月29日（水）13時半どなたでもどうぞ！



## 古紙回収

日豊 22日（水）  
朽網町 10日（金）  
蛭子山 28日（火）  
大石町 21日（火）  
錦水苑 21日（火）  
西町 21日（火）  
新町 21日（火）  
センター 月～土 9～17時

〈お願い〉

雑がみ（お菓子の箱、封筒等）は古紙回収に出しましょう。

## 生活安全パトロール

3日（金）19時

## 全市一斉夜間非行防止パトロール

17日（金）19時

【集合】朽網市民センター

雨天の場合市民センターにお問い合わせください



## くさみふれあいフリーマーケット

5月31日（日）

くさみふれあいフリーマーケットが開催されました。

初の試みでしたが、開場前から行列もでき、たくさんの地域のみなさんに足を運んで頂きました。

会場の多目的室は、出店者も来場者も和気あいあいと、にぎやかな雰囲気になっていました。



1階ロビーでの

はなばたけ（障害を持つ子の親の会 代表園田愛音）さんのバザーも大盛況で、子どもたちが笑顔でコーヒーやクッキーを販売する姿に地域の方たちもホッとする時間となりました。



## フリースペース さくらんぼ

5月26日、小倉南区親子ふれあいルーム“さざん”さんをお迎えして、大型絵本の読みかせやパネルシアターをしてもらいました。

お母さんも赤ちゃんもスタッフもみんな楽しく参加できて、とても癒される時間となりました。



## ふれあいサロン

～朽網校区社会福祉協議会～



6月11日（木）のふれあいサロンでは、短冊に願いを込めて、みなさんで楽しく七夕飾りをしました。

センターに七夕飾りを展示しています。みなさんも願い事を書きにぜひご来館ください。



## 昭和池清掃

6月14日、東朽網校区のみなさんと昭和池の周りを半分ずつ清掃しました。

おかげでウォーキングコースがきれいになりました。ありがとうございました。

## 第32回中央公園グランドゴルフ大会（東西両校区）

日豊Aのみなさんおめでとうございます

優勝 日豊A 184  
準優勝 スワロー 195  
3位 南町A 199



## 個人の部（男子）

順位	チーム	氏名	スコア
優勝	日豊A	津上義博	30
準優勝	南町A	松川昌生	32
3位	蛭子山	於保峯一	33
4位	日豊A	長谷川亨	35
5位	南町A	岩崎久弥	35

## 個人の部（女子）

順位	チーム	氏名	スコア
優勝	日豊B	阿部正子	37
準優勝	南ハイツ	居石サチエ	38
3位	南町B	今井厚美	39
4位	日豊A	岡田浩子	40
5位	日豊B	片山啓子	40

ホールインワン賞 31名！ おめでとうございます