



守恒校区キャラクター  
もねっとくん

～子育てにやさしいまち、誰もがすみやすいまち～

# もりつね



守恒校区 HP

令和2年8月1日発行 第253号  
北九州市立守恒市民センター  
北九州市小倉南区守恒2丁目8-36  
Tel 963-1446  
<http://www.ktqc01.net/mina/mtcc>  
発行責任者 生田 妙子

今月の花 ひまわり  
花言葉 愛・崇拜

守恒校区を住みやすい町にするために 町内会入って安心・助け合い

## もりつね Shine out II

～体にやさしい編～ (おとな講座)

### 薬膳料理 in Summer

免疫力をアップして夏に負けないからだづくり  
～夏の冷え撃退法～

- ★日時 8月27日(木) 10時～13時
- ★場所 守恒市民センター 調理室
- ★講師 薬膳料理研究家 北村真知子先生
- ★定員 12名
- 参加費 1300円(材料費・保険代含む)



人気講座の第二弾です!!

暑い夏、体が欲しがると冷たい物を食べてしまいがちですが、夏を乗り切るためには「体の冷え」は大敵です。「冷え」を撃退すると同時に、免疫力もUPして暑い夏を乗り切りましょう!!

★お申込みは電話・来館にて8/6から8/18まで(先着順)  
守恒市民センター TEL 963-1446



※講座は新型コロナウイルス感染拡大状況を受けて中止になる場合があります。

「みんなでラジオ体操」(健康づくり事業)は8月から開催します。8月は8:00開始です。

★8月の元気アップ教室は中止します。次回は10月26日(月)13時から開催予定です。

★コケッココー・びよちゃんクラブ及びフリースペースぽからっこは8月もお休みします。

#### 校区行事についてのお知らせ

コロナウイルス感染拡大を考慮し、第45回「敬老会」及び、第45回守恒校区体育祭は[中止]となりました。何卒、ご理解のほどよろしくお願いいたします。

7月より市民センターが再オープンして早一ヶ月が経ちました。新しいクラブさんも加わり、令和二年度のクラブ活動が始まりました。賑やかな守恒市民センターに戻りつつあります。

先日、友人とご飯を食べに行き、ランチセットを注文しました。体に良さそうな夏野菜スープを頼んだら・・・トマト、ナス、オニオン、ズッキーニがはいっていました。はい、私はズッキーニが苦手です。ところが、ところが、得意でないはずのズッキーニをスープと一緒に食べると・・・美味しい!!

何事においても先入観はよくないと改めて思ったのと同時に、こうやって季節の野菜や果物をその時期に美味しくいただける日常に心から感謝した1日でした。

(い)

新型コロナウイルス感染症予防対策のため  
令和2年度集団検診は**事前申し込み制**となります。

～3密をさけるためご協力をお願いします～

お申込み方法 ● ネット窓口 (電子申請)

またはハガキ

◎電子申請:

北九州 ネット窓口



◎ハガキ:保健福祉局 健康推進課 宛て

※ 詳しい申し込み見本等が書いた用紙を市民センターに置いています。

申し込み期間 ● 検診実施日の前月1日から15日まで (ハガキは15日の消印まで有効)

(例) 9月健診ご希望の場合

申込期間は8月1日から8月15日になります。

会場ごとに定員があります。申し込み結果は月末までに郵送します。ハガキ1枚で1名分の申し込みができます。

★守恒市民センターでは令和2年9月9日(水)13:30～15:00の間集団検診が行われますので健診を受けるには予約が必要です。8月1日～15日の間に予約して下さい。尚、守恒市民センターでは予約は受けられません。

<8月の予定>

1日(土)14時～ 子ども講座(カップ作り) I

22日(土)14時～ 子ども講座(カップ作り) II

(22日は参加者受付中です)

27日(木)10時～13時 もりつね Shine out II (薬膳料理 in Summer)

守恒小・中学校 夏休み 8月6日～8月16日

<自治連合会定例会>

8月27日(木)

Let's join us!

ボランティア募集

パトロール中

通学路安全パトロールのパト車に乗って巡回して頂くボランティアを募集しています。期間は8月いっぱい予定です。ご都合のよい日だけで構いません。新型コロナウイルス感染予防の観点から、通常2人で廻って頂くところを、お1人をお願いしています。(同世帯の方同士での同乗は大丈夫です)ご協力いただける方は市民センターまでご連絡ください。TEL 963-1446





## 2020年度 守恒市民センター クラブ紹介

種目	クラブ名	曜	開催週	時間	種目	クラブ名	曜	開催週	時間
料理	守恒ヘルシー料理	金	2	9:30~13:30	カラオケ	楽しくカラオケ	金	毎週	18:30~20:30
	和菓子くるみの会	金	1	9:30~12:00	合唱	うぐいすの会	金	1・3	13:00~15:00
	男性料理クラブ	12月まで活動休止			コーラス	守恒小学校PTA コーラス Belle Voix	木	毎週	12:30~14:30
手芸	針の会	水	1・3	10:00~12:00	ダンス	クローバーダンスサークル	火	毎週	10:00~12:00
書道	守恒書道クラブ	水	2・3・4	10:00~12:00		うさぎダンスサークル	水	1・2・4	19:00~20:30
	知水会1(子ども)	水	1・2・3	16:00~17:30		社交ダンストレポ	木	1・2・3	19:00~21:00
	知水会2(子ども)	水	1・2・3	17:30~19:00		ハッピー社交ダンス	金	毎週	19:00~21:00
	書友クラブ	木	1・2・3	10:00~12:00	フ ラ ダンス	ワイキキクラブ	月	1・2・3	18:30~20:30
	洗心会	土	1・2・3	12:30~14:30		ホクラニ守恒	金	1・2・4	13:00~15:00
	入木書友クラブ	土	1・2・3	14:30~16:30	体操	守恒骨盤ストレッチ	月	毎週	9:30~11:30
珠算(子ども)	守恒そろばんクラブA	水	毎週	15:00~16:50		背骨コンディショニング	水	毎週	15:00~17:00
	守恒そろばんクラブB	水	毎週	17:00~18:30		活法健康クラブ	木	毎週	10:00~12:00
茶道	煎茶クラブ	土	1・2・3	12:30~14:30	ヨガ	レディ-スヨガ	木	毎週	10:00~11:30
日舞	若の会	火	毎週	10:00~12:00		ポケットヨガ	土	毎週	10:00~12:00
民謡詩吟	ふる里民謡クラブ	金	2・4	10:00~12:00	卓球	ともえクラブ	火	毎週	13:00~15:00
俳句	守恒四季の会	木	4	13:00~15:00		守恒卓球同好会	火	毎週	19:00~21:00
囲碁	酔碁会	火	1・3	12:30~16:00	レクダンス	ピンシャンクラブ	水	1・2・3	14:00~16:00
	愛碁会	火	2・4	12:30~16:00	子どもダンス	JUNIOR DANCE MIXED UP	水	毎週	16:30~18:30
	烏鷲の会	土	1・3	12:30~16:00		ジェリービーンズ	木	毎週	17:00~18:30
	守碁会	土	2・4	12:30~16:00		CHUBBY-BOO	金	毎週	17:45~18:45
語学	スペイン語クラブ	火	毎週	14:00~16:00	親子で食育	もりつねんち	金	2	17:00~20:00
大正琴	大正琴ゆりの会	水	1・3	13:30~15:30	空手(子ども)	守恒空手同好会	火	毎週	17:15~18:45
パソコン	守恒パソコンクラブ	月	毎週	13:00~15:00	健康	OB&OGの会	金	2・4	10:00~12:00
	パソコン友クラブ	R3年3月まで活動休止			体操	健康体操	水	毎週	19:00~21:00
絵画	パレット	月	1・3	9:30~12:00	<p>♥️クラブは自主的に運営されています。入会を希望される方は、直接見学にお越しください。ご不明な点は市民センター（TEL 963-1446）までお問い合わせください。</p> <p><b>クラブ登録説明会</b></p> <p>6月29日に令和2年度のクラブ登録説明会が開催されました。今年度は51クラブの登録が行われ、活気ある守恒市民センターに戻ります。</p> <p>2月からの空調工事も無事に終わり、快適にお部屋の使用が出来るようになりました。コロナ対策においてクラブ員の皆様には、工夫とご協力をいただいております。守恒市民センターも皆様と一丸となってコロナ対策に取り組んでまいります。よろしくお願いします。</p> <p><b>8月22日(土)14時~15時半</b></p> <p><b>子ども講座「カップに絵を描こう」</b></p> <p>参加者募集中です！電話または来館にて受付しております。オリジナルマグカップを作りましょう！</p>				
	彩友会	木	毎週	13:30~15:30					
絵手紙	まはな絵手紙クラブ	火	3	10:00~12:00					

### 『思いやりの心をはぐくむ～一人ひとりが自分らしく』

梅雨の晴れ間に人権講演会が行われました。講師のローズさんのやさしい語り口と歌で、あっという間に時間が過ぎていきました。

6月29日  
参加者 46名



『I'm me』  
わたしはわたし

素敵な言葉に  
出会えました。

