



～子育てにやさしいまち、誰もがすみやすいまち～

# もりつね



令和4年8月1日発行 第277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

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

今月の花 カンナ  
花言葉 情熱・快活

8月15日(月)

は、お盆の為、17:00にて閉館いたします。お間違いのないよう、ご理解の程、よろしくお願いたします。(コロナワクチン予約専用窓口の受付は16:45にて受付終了させていただきます)

## お知らせ

8月のふれあい昼食交流会はお休みです。9月にまた元気にお会いしましょう!! 次回は9月21日(水)です。

## もりつね 懐かしのシネマ館

日時 令和4年8月30日(火)

場所 守恒市民センター 講堂

時間と鑑賞時間 (予定)

- ① 10:00~12:00『奥様は魔女』(1942年 アメリカ)  
主演 フレドリック・マーチ、ヴェロニカ・レイク  
☆ファンタジーロマンティック・コメディ映画
- ② 13:30~15:30『七つの顔』(1946年 日本)  
主演 片岡 千恵蔵・轟 夕紀子  
☆戦後まもなく公開された探偵映画

参加費 無料 (ドリンクサービスあり)

定員 各時間 15名 (先着順、要申し込み)

お申し込みは8月2日(火)から 電話・来館にて  
センター講座 963-1446

妊産婦・乳幼児何でも相談  
8月3日(水)10:00~  
守恒市民センター講堂  
※予約が必要です。  
予約・お問い合わせは  
小倉南区保健福祉課  
地域保健係  
Tel 951-4125 まで

## フリースペースぼからっご with 楽器いっぱい! おはなし会

日時 8月22日(月)  
10:45~12:00  
守恒市民センター2F 和室  
定員 4~5組 (要予約)  
8月1日(月)より受付  
Tel 963-1446

## にこにこカフェプレゼント おかあさんのリフレッシュタイム ～一緒にヨガをやりませんか?～

日時 9月12日(月)10時30分~12時  
場所 守恒市民センター 和室2  
(ヨガの時は1F講堂に移動します)

講師 ヨガインストラクター 米田 亜希 さん

定員 20名 (託児は先着8名まで)

参加費 100円 (保険代)

持ってくるもの ヨガマット or バスタオル、飲み物  
※動きやすい服装でお越しください。

たまには少しの間だけお子さんと離れて自分のことに集中してみませんか? 尚、健康と安全のため、現在妊娠中の方と産後6か月までの方のご参加は今回は受け付けておりません。ご理解のほどよろしくお願いいたします。

お問い合わせ・お申込みは…守恒市民センター Tel963-1446  
8月18日(木)より受付開始します。 センター講座

## 守恒中学校 PTA からのお知らせ



守恒中学校制服リユースバザー再開のため、ご不要の制服・体操服・体操帽・鞆などがございましたら、ご寄付くださいますよう、よろしくお願いいたします。尚、バザーの収益は、バザー運営と子ども達の健全な育成のために活用させていただきます。

※誠に恐縮ではございますが、いずれも洗濯済みの物をお持ちください。ご協力のほどよろしくお願いいたします。

○回収期間 8月1日(月)~10月25日(火)

○回収場所 守恒市民センター・守恒中学校正面玄関内

♪バザーは11/2文化発表会と同日に予定しております。

## 元気アップ教室 Vol.2



「嚥下を助ける食事など  
～食べやすく・飲みやすくするには～」

講師 管理栄養士

瓦林 信子 先生

日時 8月22日(月)13:00~

場所 守恒市民センター講堂

定員 20名 (要予約・先着順)

資料代 毎回 300円

(当日お持ちください)

お申し込みは☎963-1446 まで  
センター講座

(守恒校区健康づくり委員会共催)

## 予告です

開催決定!!

「ポーセラーツに挑戦!」

大人講座・子ども講座共催

ポーセラーツ作家

結城 五月 先生

に教わり、自分だけの  
作品を作りましょう。

詳細は次号で!!

【八幡西生涯学習ボランティア養成講座】

## 私にもできることから

～きっかけ・繋がり・仲間づくり～



ボランティア活動には興味があるが、何から始めればいいのかわからない…そんなあなたのための講座です。

ボランティア活動の理解を深め、楽しく活動するコツを学びます。新しい居場所づくりのきっかけとして、一緒に学びませんか。

★日付 : 9月6日(火)・13日(火)・20日(火)・28日(水)

★時間 : 10:00~12:00

★会場 : コムシティ2階 204 会議室

★受講料 : 無 料

★定員 : 25名(申込締切8/28 (申し込み多数の場合は抽選))

詳細は北九州市立八幡西生涯学習総合センター☎641-9360

電子申請は  
コチラから



## 健康講演会「足と爪のケ

守恒校区健康づくり事業  
☆30名参加☆

7月2日(土)、小倉第一病院の石井先生とスタッフの方々をお招きして、正しい足と爪のケアについてお話いただきました。下肢筋力や歩幅を調べて足の機能が低下していないかチェックしたり、爪のケアをしてもらったり、足型をとって靴が合っているかのアドバイスをもらったり。参加者も喜ばれていました。足の健康は、歩行や運動と直結し、健康維持に欠かせないものです。足・爪に気を配って健康寿命をのばしましょう！



## 元気アップ教室

6月27日(月)より、参加者22名で今年度の元気アップ教室が始まりました。初回は「気になるコレステロール値～食事と運動で改善しよう～」(吉村真由美先生)。自分の予想される10年間の冠動脈疾患発症リスク度“吹田スコア”を計算し、コレステロールを上げる食品・下げる食品について学びました。次回は、8月22日(月)「嚥下を助ける食事」です。



## にこにこカフェ

7月11日(月) ☆親子6組参加☆  
親子ふれあいルーム“さざん”のスタッフをお迎えし、わらべうたなどを交えつつ、おもちゃの収納術についてお話いただきました。小さい子どもがいない方でも参考になるお話でした！

次回は  
9月12日(月)  
予約制です。



## フリースペースぽからっこ with 楽器いっぱい!おはなし会



6月27日(月)親子3組の参加でした。竖琴ライアーの演奏や絵本の読み聞かせを楽しみました。毎月第4月曜日開催です。ぜひご参加ください。(要予約)

## 健康守恒クラブ

6月25日(土)は井上先生によるタオル体操！姿勢よく座り、タオルを使って効果的に運動しました。7月9日(土)は砂川先生から熱中症注意のお話があり、軽い運動をしました。



## ふれあい昼食交流会

7月20日(水)  
☆13名参加☆

暑い日にピッタリな夏カレー、じゃがいもとオクラの和え物、サイダーかん(寒天)でした。食後はフラダンスクラブ“ホクラニ守恒”さんが爽やかなハワイアン風の風を届けてくれました。昼食交流会はお一人400円です。ご参加お待ちしております。



夏の交通安全運動最終日、小学生の下校時間に、お巡りさん・年長者会・小倉南交通安全協会の皆さんで声掛け運動を

## 第47回子ども育成協議会球技大会

7月3日、3年ぶりの開催でし



## 守恒中学校家庭教育学級

7月15日(金)守恒中学校図書室にて開級式及び山下直也教頭先生の講演会が行われました。少年自然の家や小学校での勤務を経て本校で現職に就き、校長先生の理念のもと奮闘されています。参加者どうしも交流し和やかで楽しい講演会でした。



つづやき  
市民ホールの吹き抜けの、2階まで届くほど大きな笹の、毎年欠かさず届けてくださる地域の方がいらつしやいます。私がここに赴任して来る前からずっとです。おかげで大人も子どもも願い事を飾って七夕を楽しませてもらい、とても感謝しています。私が住んでいる町内でも、お隣さんがずっと厚意で班長をしてきています。が、先日お隣さんが転んで腰を痛めて動くことが困難になった為、一緒に車に乗っていただいた。市政だよりを配布したとき、今まで長く甘えていたの代理として頑張っているという思いが、今日からは我が家が班長代理として頑張っているという思いが、一つ一つの事を長く続けて下さるご厚意を当たり前と思わず、いつも感謝と尊敬の気持ちを持ち続けたいと思います。

## ~8月の予定~

- 3日(水) 10:00 妊産婦乳幼児なんでも相談
  - 9日(火) 10:00 子ども講座「おやつづくり」
  - 22日(月) 10:45 フリースペースぽからっこ  
with 楽器いっぱい!おはなし会  
13:00 元気アップ教室
  - 27日(土) 10:00 健康守恒クラブ
  - 30日(火) 10:00 懐かしのシネマ館 第一部  
13:30 懐かしのシネマ館 第二部
- <自治連合会> 8月25日(木)  
<夜間パトロール>  
徒歩: 1日(月)⇒中止  
車両: 5日(金) 18日(木) 25日(木) 31日(水)  
⇒2名乗車で実施