

前原南コミュニティセンター **みなみ** Center だより

～私たちの南校区は私たちの手で～

糸島市立前原南コミュニティセンター
前原南校区運営委員会
令和5年4月1日第1号発行
(TEL&FAX 324-1763)
休館日：毎週月曜日・年末年始
maebaruminami.k@city.itoshima.lg.jp

《 新年度を迎えて 》

校区の皆様には日頃より校区や行政区行事、またコミュニティセンター事業へのご協力ご支援をいただいておりますことに心より感謝申し上げます。

昨年度は、校区創立40周年をお祝いするいろんな事業が行われ、コロナ禍で希薄になりがちであった地域の連帯感や結束力が少しずつコロナ禍前に近づきつつあるように感じます。

前原南コミュニティセンターは昨年10月に開館し、各種の講座やサークル活動、地域活動が行われており活発に施設を利用していただき職員一同喜んでおります。

今年度も区長会、各団体、前原南小学校、前原中学校そして校区の皆様のご協力とご支援をよろしくお願いいたします。

前原南コミュニティセンター センター長：横山 裕子 センター員：佐田 伸一郎・中野渡 信志
昼間管理人：鶴田 カヨ子・中尾 ちよ子 夜間管理人：塩田 泰登・西山 博

新任あいさつ

この度、4月からセンター員として着任する事になりました中野渡信志と申します。
前原南校区の皆様のご地域活動に少しでもお役に立てるように精一杯頑張ってお参りますので宜しくお願い致します。

退任あいさつ

1年間という短い期間ではありましたが、皆さま方の優しさに包まれ楽しく勤務できたことに感謝申し上げます。センターの引越しや40周年記念事業に携わり充実した日々を送ることができました。
前原南校区のますますの発展を、そして皆さまのご健康とご多幸を心よりお祈り申し上げます。 吉原 良子

★行政区長の紹介★

行政区	氏名	行政区	氏名	行政区	氏名
上町	前 博	篠原一	山下 賢一	中央	平尾 清治
老松町	森園 吉章	篠原二	清水 眞澄	西伏龍団地	豊田 恵子
笹山町	辻 義勝	篠原三	菰田 一義	伊都の杜	宮永 徹

春はこころの不調にご用心

健康コラム
第34号

春は、気候に加え、新しい職場や新しい仲間、引越し等、変化が大きい季節です。
このため、心の調子を整える自律神経も乱れがちに。心が疲れ切ってしまう前に、セルフケアをくらしに取り入れてみましょう。

心のバランスを整えるセルフケア

- ①生活リズムを整える
- ②野菜や果物を意識してとる
- ③休日の予定は少なめにし、リラクゼーションの時間にする
- ④寝る前のスマートフォンやテレビは控える

行政の相談窓口

誰かに相談することも心を軽くする方法の一つです。
・糸島市健康づくり課 ☎332-2069 (平日8:30~17:15)
・心の健康相談電話 (福岡県精神保健福祉センター)
☎092-582-7400 (平日 9:00~16:00)
問合せ：糸島市健康づくり課 ☎332-2069



はじまるよ！！



子育て支援事業「ちびっこみなみ」令和5年5月4日より開催します。「ちびっこみなみ」は保育園や幼稚園に入園前のお子さんとその家族が集まり、おもちゃ遊び、子育てに関するお話を聞く、お友だちづくりをする所です、楽しく子育てする為に是非ご参加ください、お待ちしております。

日時：毎月 第1木曜日 午前10時～12時
会場：南コミュニティセンター 大研修室
内容：初めましてお友達づくり、お誕生日表づくり

- ※参加費は不要
 - ※校区外の方は賛助会費を頂きます(年間500円)
 - ※お子さんの飲み物は各自ご持参ください。
- ※参加申し込みは4月20日までに南コミセン窓口においている「参加申込書」にご記入の上事務所に提出してください。**
またお近くの民生児童委員、福祉委員でも受け付けます。

代表 平川 090-5381-7478



の行事予定

日	曜	時間	内容	日	曜	時間	内容
4/9	日	終日	県議会議員選挙投票日	4/15	土	9:00~	社協 総会
			2階会議室の利用はできますが駐車場の利用はできません			13:30~	校区運営委員会 総会
						14:30~	校区民会議 総会
11	火	19:30~	学校開放施設調整会議	20	木	10:00~	市同協常任委員会
12	水	10:00~	前原中学校入学式	27	木	15:00~	区長会
13	木	9:30~	前原南小学校入学式				

前原南コミュニティセンターサークル情報 (令和5年度)

※開催日は変更になる場合があります (令和5年3月3日現在)

No.	サークル名	曜日	活動時間		部屋	募集	内容
1	真向法体操	火	第2.4	10:00~12:00	大研修室	有	真向法体操修練会 
2	P・Cサンシャイン	火	第1.2.3	13:30~15:30	会議室2	無	パソコンの学習 
3	さげもんサークル	水	第1.3	10:00~12:00	会議室3.4	無	さげもん・小物制作 
4	コールミナミ	水	第2.3.4	10:00~12:00	大研修室	有	合唱 
5	アロマストレッチ	水	第1.3	14:00~16:00	多目的室	有	アロマを焚きながらストレッチ
6	詩吟の会	木	第1.3	9:30~11:30	会議室2	有	詩吟・漢詩・短歌など
7	真美体操	木	第1~4	10:00~12:00	第1週・多目的室/ 2~4週・大研修室	有	体操 
8	ダーツあすか	木	第2.4	10:00~12:00	多目的室	有	ダーツの練習 
9	久玉会	木	第1.3	13:00~16:00	会議室3	有	手芸・縫物
10	太極拳愛好会	木	第1.2.3.4	13:30~15:30	大研修室	有	太極拳の練習 
11	写団伊都	木	第1	19:00~21:00	研修室	無	写真教室
12	前原南絵手紙サークル	金	第3	9:30~11:30	研修室	無	絵手紙
13	健康体操 皆美	金	毎週	10:00~11:00	大研修室	有	健康体操
14	前原南校区囲碁同好会	金	第2.4	9:30~16:30	会議室2	無	囲碁 
15	お茶をたのしむ会	金	第1.3	9:30~12:00	和室	有	茶道 
16	フラダンスみなみ	金	第1.2.3.4	13:00~15:00	大研修室	有	フラダンスの練習
17	サンサン体操	金	第1.3.4	15:00~16:00	大研修室	有	健康体操
18	糸島フレイル運動	金	毎週	17:30~19:30	大研修室	有	フレイル予防運動
19	3B体操	土	第2.4	10:30~12:30	大研修室	有	3B体操
20	前原南フォークダンスサークル	土	毎週	14:00~16:00	大研修室	有	フォークダンスの練習
ボランティアサークル							
21	チーム・ザ・パーク	火・木	毎週	18:30~21:30	大研修室		ダンスの練習
22	たけのこ文庫	火	第2.4	13:00~16:00	会議室3.4		本の整理・おはなし会
23	こびとのくつや	金	第3.4	13:00~16:00	会議室3.4		布絵本・遊具の制作 おはなし会
24	おむすびころりん会	土曜授業 開催日		9:00~17:00	調理室/研修室/ 会議室2.3		みなみん食堂(食事の提供・居場所づくり)
25	みなみのかあちゃん隊	2か月に1回程度		未定			防災活動の勉強会

お問合せ:前原南コミュニティセンター TEL 324-1763

見学はいつでも OK です。当日活動中かどうかをコミセンに確認されてお越しください。