



令和5年2月1日

南風コミュニティセンターHP  
メールアドレス

コミセンと地域のニュース

# みなかぜ

https://www.city.itoshima.lg.jp/c005/index.html  
minakaze.k@city.itoshima.lg.jp

発行

南風コミュニティセンター  
第314号

TEL 322-9656

FAX 324-9183



南風コミセンホームページ

## 祝 おめでとうございます！糸島市二十歳のつどいはたち

お天気に恵まれた令和5年1月9日(月曜日・成人の日)、『糸島市 二十歳のつどい』が開催されました。令和4年4月1日より成人年齢が20歳から18歳に引き下げられました。これを受け、糸島市では式典の名称を「成人式」から「二十歳(はたち)のつどい」に変更し、いままでの成人式と同様に20歳を対象にして、中学校区ごとに式典を挙行了しました。南風校区では、129人が20歳となられ、会場となった前原中学校と前原西中学校には合わせて91人が集いました。



会場：前原中学校



会場：前原西中学校



月光亭落語会の皆さん

### 令和4年度【南風寄席】

南風コミュニティセンター主催講座  
＜校区社会福祉協議会と共催＞

福岡で活躍の舞台女優の落語ユニット  
“月光亭落語会”が南風に久方ぶりの  
登場です。向春の候、華やかな落語で  
楽しいひと時をお過ごしください。



- ・日時：令和5年2月26日(日)13:30 開場、14:00 開演
- ・場所：南風コミュニティセンター 2階 大研修室
- ・持ち物：室内履き(スリッパ)及び靴入れ用袋
- ・入場料：無料、但し事前の申込必要(先着70名)
- ・申込方法：2月5日(日)より南風コミュニティセンター窓口又は電話にてお申込み下さい。
- ・問い合わせ：南風コミュニティセンター ☎ 092-322-9656

※お知らせ

会場までの移動が困難な方は、社会福祉協議会が手配する送迎をご利用いただけます。詳しくは、050-3696-4027(社協事務局)までお尋ねください。

### \*\*2・3月の行事予定\*\* (予定は中止または変更になることがあります)

日	曜	時間	内容
2/4	土	10:00~	校区運営委員会理事会
5	日	10:00~	チューブストレッチ
10	金	10:00~	0歳からのおはなし会(そよ風文庫)
15	水	10:00~	南風PCサロン
16	木	13:30~	区長会
18	土	18:30~	ジャズを楽しむ講座⑧
21	火	10:30~	おとなの保健室2022⑤
22	水	13:00~	ハーブと薬草のお勉強会⑤ ハーブソルトづくり

日	曜	時間	内容
2/26	日	13:30開場	南風寄席~月光亭落語会~
		14:00開演	
3/4	土	10:00~	校区運営委員会理事会
10	金	10:00~	0歳からのおはなし会(そよ風文庫)
11	土	9:00~	多久川清掃(多久川の自然環境を守る会主催)
12	日	9:30~	校区運営委員会会計監査
15	水	10:00~	南風PCサロン
16	木	13:30~	区長会

～南風校区事業と南風コミュニティセンター主催講座、参加者募集中!!～  
 なお、開催については新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、変更の可能性があります。

## 南風校区多久川の自然環境を守る会主催 【第16回多久川清掃参加者募集】

昨年はコロナ禍により会員のみで清掃にあたりました。  
 みなさんできれいな多久川にして3月末には桜、  
 5月末にはホタルに出会えるようにしましょう。

日 時 : 令和5年3月11日(土曜日) 9時開始  
 ※ 2時間程度 少雨決行

集合場所 : 南風コミュニティセンター 玄関前

内 容 : 多久川の堤防や川底のゴミ拾い

清掃場所 : 多久、南風台8丁目会員 ⇒ 新多久橋から立屋敷橋まで  
 その他の会員や参加者 ⇒ 立屋敷橋から荻浦橋まで

そ の 他 : ①マスク着用をお願いします ②雨、防寒には十分ご注意ください  
 ③立屋敷橋右岸にて参加者名簿に行政区、氏名をご記入ください



South wind's  
**TAKUGAWA**



昨年のような



## 「高齢者教室 ～チューブストレッチ体操～」

チューブを使って楽しく気持ちよく身体を動かしましょう

- ◆ 日 時 : 令和5年2月5日(日) 10:00～12:00
- ◆ 講 師 : 川原 英雄さん(柔道整復師)
- ◆ 定 員 : 10名
- ◆ 場 所 : 南風コミセン  
1階 談話室
- ◆ 参加費 : 無料
- ◆ 持ち物 : チューブ、ヨガマット  
飲み物、タオル



ヨガマットをお持ちでない方はセンターで用意します。  
 チューブ(千円)を購入される方は申込時にお知らせください。



お申込みは南風コミセンまで TEL322-9656 FAX 324-9183

## 「南風パソコンサロン」

パソコン、スマートフォン、タブレットなど使い方がわからなくて困ったことはありませんか？  
 そんな時は…お気軽にご参加ください。



- ◆ 日時 : 毎月第3水曜日 10:00～11:30  
2/15, 3/15

- ◆ 講 師 : 田邊 宣一さん

- ◆ 場 所 : 南風コミュニティセンター  
1階 会議室

- ◆ 持ち物 : パソコン、スマホ  
タブレットなど

- ◆ 申込不要、参加費無料



※どなたでも  
受講できます



## 「ハーブと薬草のお勉強会⑤」

～オリジナル ハーブソルトづくり～



5回目を迎える今回は…

ハーバルセラピストの市川さんをお招きして、様々なハーブの成分や効能についてお話いただけます。そのあとは…あなた好みのハーブを使って、オリジナルのハーブソルトをつくりましょう。

- ◆ 日 時 : 2月22日(水) 13:00～15:00
- ◆ 講 師 : 市川 陽子さん(ハーバルセラピスト)
- ◆ 場 所 : 南風コミュニティセンター 1階・会議室
- ◆ 参加費 : 500円(材料・容器代含む)
- ◆ 定 員 : 12名(先着順とさせていただきます)



お申込みは南風コミセンまで TEL322-9656 FAX 324-9183

## 冬は脳卒中が起きやすい!

健康コラム  
 第32号

脳卒中・脳血管に障害が起こる病気  
 (主な原因) 高血圧・喫煙や飲酒などの生活習慣  
 寒さによる血圧の上昇や、寒暖差によっておこる血圧  
 の変動は、**脳卒中の危険性を高めます。**

### 冬の脳卒中予防

1. 寒暖差を避ける  
例: こまめに上着を羽織る。トイレや脱衣所を温める。
2. 汗をかいていなくても、水分補給する

下記のような症状があれば、すぐに受診!

- ・片方の手足が動かない
- ・顔の半分がしびれる
- ・ろれつが回らない

「腕・顔・言葉」の  
 3つの症状に注意!



問い合わせ先: 糸島市健康づくり課 ☎332-2069