



コミセンと地域のニュース

みなかぜ

発行
南風コミュニティセンター
第323号
TEL 322-9656
FAX 324-9183



令和5年11月1日

南風コミュニティセンターHP
メールアドレス

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

南風コミセン ホームページ



～ 第24回 南風校区文化祭 ～

開催日時：11月11日(土) 8:40～15:30 会場：南風小学校

南風小学校児童のみなさんの発表や校区の方々の作品展示、食バザー、物品バザーなど、学校と地域が一体となって実施します。詳しくは、**今回全戸配布の文化祭カラー案内**をごらんください。



★★★ Light up, Cheer up, Minakaze! ★★★ 南風校区運営委員会よりイルミネーション点灯のお知らせ

11月26日(日)の夕刻から、南風コミュニティセンターにイルミネーションが灯ります。
今年で3年目を迎えるライトアップ！一日に2時間、今年も多久川沿いがキラキラきらめきます。
期間は12月終り頃までです。みなさま、お楽しみください ☆☆☆☆☆☆☆



多久川沿いから見た
お昼の南風コミュニティセンター

～ 人権標語表彰式と人権映画祭開催のお知らせ～

1948年12月10日に、国際連合総会で採択された「世界人権宣言」にちなみ、日本では毎年12月4日から10日までの期間を「人権週間」としています。南風校区でもこの期間に、8月に募集した人権標語の表彰式と人権映画祭を開催します。この機会に、あらためて人権について考えてみませんか。
詳しくは、今回同時配布の「～人権映画祭のご案内～(緑色のチラシ)」をご覧ください。



©2019 長島大陸映画実行委員会

- 日時 12月3日(日)
 - 9:15～ 開場・受付開始
 - 9:30～ 開会式・人権標語表彰式
 - 10:00～ 「夕陽のあと」上映開始(133分)
- 会場 南風コミュニティセンター 2階 大ホール
- 入場無料(事前申込不要)

鹿兒島県長島町を舞台に、産みの親と育ての親、DV、乳児遺棄、養子縁組制度などの問題を、母になりたい2人の女性を通して描いた作品。2019年公開
主演：貫地谷しほり/山田真歩

** 11・12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
11/3	金(祝)	9:00スタート	校子連主催ウォークラリー大会
		12:00～受付	第27回糸島地区小・中学生将棋大会
5	日	9:00～	「玉ねぎ栽培&収穫」申込開始
11	土	8:40～	第24回 南風校区文化祭
12	日	10:00～	校区運営委員会理事会
15	水	10:00～	南風PCサロン
16	木	13:30～	区長会
17	金	10:00～	0才からのおはなし会(そよ風文庫)
21	火	14:00～	健康づくり講座～おうちでできるストレッチ～
26	日	15:30～	もちつき&イルミネーション点灯
12/2	土	10:00～	南風小・中学生将棋教室⑦
3	日	9:30～	人権標語表彰式・人権映画祭
8	金	10:00～	0才からのおはなし会(そよ風文庫)
10	日	9:50集合	玉ねぎ苗植え
17	日	10:00～	チューブストレッチ運動講座

生活の乱れ = 免疫力の低下

健康コラム第41号

生活の乱れは、免疫力を低下させる原因です。寒くなるにつれて、免疫力が低下し、インフルエンザなどの感染症にかかりやすくなります。免疫力の維持・向上に取り組みましょう。

❌ 免疫力低下! NG生活習慣

- 偏った食事
→ バランスの良い食事を心がける
- 睡眠不足
→ 寝る前のスマホ使用は睡眠に悪影響
- 運動不足
→ 息切れしない程度の運動でOK
- ストレスが溜まっている
→ ストレス解消のための、暴飲暴食、過度な飲酒は逆効果

インフルエンザの予防接種はお済ですか？

予防接種も免疫力を高める方法の1つです。高齢者インフルエンザ予防接種については、 広報いとしま10月号をご覧ください。

問合わせ：糸島市健康づくり課 ☎332-2069

