



糸島市前原東 2-2-5 TEL/FAX:092-322-2481 E-mail:maebaru.k@city.itoshima.lg.jp
公式ホームページ <https://www.city.itoshima.lg.jp/c003> <毎週月曜日・年末年始休館>

祝
成人

～新たな門出、おめでとうございます～

1月11日(月)伊都文化会館にて「令和3年糸島市成人式」が開催されました。前原校区の新成人は120人。新型コロナウイルスの影響で日常生活や意識が大きく変化する中、社会への一步を踏み出した新成人の皆さん。あふれる若いエネルギーでこの困難を乗り越え人との出会いや絆を大切にしながら、思い描く未来に向かって、しなやかに、そして元気に力強く羽ばたいて下さい。



前原コミュニティセンターぬくもりからのお知らせ

緊急事態宣言延長に伴うセンターご利用時の制限について

◎ 新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、以下の通り制限を延長いたします。

【期間】 1月15日(金)より3月7日(日)まで

- 【内容】
1. 貸室のご利用は20時までとする
 2. 館内での飲食および飲酒は禁止とする(水分補給は可)

なお、ご利用の際は、次の7項目を遵守くださいますようお願いいたします。

1. マスクの着用
2. 手指の消毒
3. 「3密」の状況をつくらない
4. こまめに換気する
5. 利用後の部屋清掃および消毒作業
6. 飲食および飲酒の禁止
7. 2階ロビー設置の非接触型体温計で検温をする

ご理解・ご協力を
よろしく願い
いたします



今後の状況により制限が変更となる場合があります。詳しくは当センターへお問合せ下さい

小・中学校体育施設利用中止期間の延長について

【期間】 1月15日(金)より3月7日(日)まで

【対象】 市内小中学校の体育館及び柔剣道場、運動場

※今後の状況により
変更となる場合があります





くれよん文庫だより



前原コミュニティセンター2階にある『くれよん文庫』は、心静かにゆっくりと本が読める穴場です。畳があり、小さなお子様連れでも安心♪おうち時間が増えている今、パソコンやスマホから少し離れて、本の世界を楽しんでみませんか？貸し出しもできますよ！

＜ご利用時間＞ 9:00～17:00（火～日曜日）

※現在、感染症拡大防止対策のため、一度に入室できる人数は4名までとなっております。ご了承ください。

新しい絵本、入りました！

- ♣ぼくを探しに
- ♣ねこはるすばん
- ♣ねむ ねむ ごろん
- ♣オレ なんにもしたくない
- ・・・その他多数

お忘れ物はございませんか？

当センター内でのお忘れ物を、2階事務室受付カウンター右手の忘れ物ボックスにて保管・展示しております。お心当たりのある方はご来館の際にご確認ください。



なお、3月末までにお引き取りがない場合は、処分させていただきます。

- ・水筒・鍵・眼鏡
- ・マフラー・小筆
- ・ハンカチ・・・など

印刷機・コピー機のご利用についてのお願い

毎年、3月初め頃から4月にかけて印刷機・コピー機のご利用が多く大変混雑いたします。

待ち時間のないスムーズな印刷のため
大量に印刷される場合は、必ず事前予約をお願いします



糸島市役所健康づくり課より

ギックリ腰注意報発令

保健師コラム 第9号

暖かくなり、活動が増える春に“ギックリ腰”を発症する人が増えてきます。

ギックリ腰(急性腰痛症)は年齢問わず予期せず起こるため日常生活や仕事にまで支障をきたします。



欧米では、“**魔女の一撃**”と言われることも…

予防法

ちゅうごし **中腰を避ける**

股関節や膝を曲げる習慣を!!

運動習慣!!

腹筋・背筋をつけて、腰部を守りましょう。



柔軟性は貯蓄できません。日頃から腰や太もも裏の

ストレッチをしましょう!!



問い合わせ: 糸島市健康づくり課 ☎332-2069
担当: 池・田島・本田・峰松

2月・3月の行事予定

- 2月 19日(金) 市同協前原支部理事会
- 19日(金) (行政区向け) 前小体育施設調整会議
- 20日(土) 前原校区社協理事会
- 20日(土) 民生委員・福祉委員合同研修会
- 24日(水) 前原校区活動運営委員会理事会
- 25日(木) すまいる広場
- 26日(金) ぬくもりネットワーク理事会
- 3月 2日(火) コミュニティセンター運営審議会
- 5日(金) 前原校区まちづくり防災講座
- 9日(火) 区長会
- 10日(水) シニアクラブ会長・常任会
- 10日(水) 青少年育成指導員会

