

めぐもりにゅーす

令和5年
11月
秋
月号

令和5年11月1日発行

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



～前原校区社協主催～
ひとり暮らしの高齢者の集い

“前原ふれ愛の会”開催しました

今年度までは感染症対策として2日間に分け、グローバルホテル糸島にて開催いたしました。10月19日は68名、22日は66名の参加があり、おいしいお食事と楽しい会話、校区社協スタッフによる演芸を満喫されました。地域の方と繋がる大切さを改めて認識する素敵な会でした。



リユース子ども服展示会

とき: 11月18日(土)

10時～11時30分<無くなり次第>

★会場: 前原コミュニティセンター3階大ホール

★お願い

- ①入場者数を見て入場制限を行う場合があります。
- ②お持ち帰り用の袋などをご持参ください。
- ③当日はご提供品のお預かりはできませんのでご了承ください。
- ④お子様連れのご来場は、会場が大変混雑いたしますのでご注意ください。
- ⑤駐車スペースには限りがあります。ご理解とご協力をお願いいたします。



大型リユース品 回収受付中!!

<チャイルドシート・おまるなどは除く>

受付期間: 11月1日～16日まで

【問い合わせ先】前原コミュニティセンター ☎092-322-2481

前原校区まちづくり事業

歴史・文化講座 フィールドワークのご案内

4年ぶりに開催いたします。久しぶりの開催ですので、改めて糸島市内の前原地区の歴史に着目してバスで回ります。ご興味のある方はぜひご参加ください。



■日時: 11月28日(火) 12時50分人権センター集合

■コース
人権センター(13:00 発)→伊都国歴史博物館→三雲・井原遺跡→平原歴史公園→志登支石墓→人権センター(16:30 頃着)解散

■申込: 要申込 *11月1日より受付開始

■参加費: 無料

■持参物: 水分補給・筆記用具 他

【申込先】前原コミュニティセンター ☎092-322-2481

糸島市人権・同和教育推進協議会 前原支部 主催

令和5年度 人権映画祭

参加
無料

ふたりの母・ひとりの子

夕陽のあと

- 日時: 12月2日(土) 10時開会
- 場所: 前原コミュニティセンター3階大ホール
- 定員: 120名程度(予約不要)
- 映画: 夕陽のあと(133分)
- 出演: 貫地谷しほり



©2019 長島大陸映画実行委員会

*詳細は11月発行の「人権だより」をご確認ください

【問い合わせ先】前原コミュニティセンター ☎092-322-2481

『平家物語』講座

平家の盛衰を描いた『平家物語』を、江戸時代に書かれた変体仮名(くずし字)で読みます。助詞ひとつで様々な情景が見えてくる変体仮名。現代の文字では味わえない中世の世界を体験しませんか？

！講座全8回の開催となります。

■**題 材**： 敦盛最期

■**開催日**： 全8回・土曜日・13時半～15時
11月11日・18日・25日
12月2日・16日・23日
1月6日・13日

※ぬくもりにゆーす10月号・広報いとしま10月号で記載しておりました開催日から一部変更となっております

■**場 所**： 前原コミュニティセンター3階 会議室

■**参加費**： **無料**

■**定 員**： **残りわずか！**

■**講 師**： **中村 万里** さん 
筑紫女学園大学名誉教授

【申込先】前原コミュニティセンター ☎092-322-2481

ぬくもりカフェ ハーブ講座

ハーブの作用・活用方法を気軽に楽しく学べます。今回は人気の「ハーブソルト」を作ります。お好みのハーブで楽しんでいただけます。

■**内 容**： ハーブソルトづくり

■**日 時**： **12月2日(土)**10時～12時

■**場 所**： 前原コミュニティセンター2階 調理室

■**参加費**： **500**円(材料費)

■**定 員**： 先着 **12**名程度(要申込)

***11月1日より受付開始**

■**講 師**： **市川 陽子** さん

JAMHA認定 ハーバルセラピスト

■**持参物**： エプロン・手拭きタオル・筆記用具

【申込先】前原コミュニティセンター ☎092-322-2481

前原コミュニティセンター 全館清掃のお知らせ



11月30日(木)は全館清掃のため、**終日、センターをご利用できません。**
ご迷惑をおかけしますが、よろしくお願いたします。

※資源倉庫は通常通りご利用可能です※

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、体温の調整やホルモンの分泌、免疫システムなど体の大事な機能が働きにくくなり、生活習慣病の発症や免疫力を低下させる原因です。

❌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

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。

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一つです。12月から3月に流行する傾向があるため10月から12月中旬には接種しましょう。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。

問合せ：系島市健康づくり課

☎332-2069



行事予定 *予定変更の可能性あり*

- 4日(土) 校子連全体会
- 8日(水) シニアクラブ会長会
- 8日(水) 青少年育成指導員会
- 10日(金) 行政区対抗ダーツ大会
- 10日(金) 体育委員会
- 11日(土) 人権フェスタ
- 11日(土) ぬくもり学習「平家物語」1回目
- 14日(火) 区長会
- 16日(木) すまいる広場<みかん祭り予定>
- 16日(木) 青少年育成指導員会夜間巡回
- 18日(土) リュース子ども服展示会
- 18日(土) ぬくもり学習「平家物語」2回目
- 19日(日) 文化委員会<文化祭だより印刷>
- 21日(火) 第4回文化祭実行委員会
- 22日(水) 市同協前原支部執行委員会
- 24日(金) 社協役員会
- 25日(土) 第3回サークル会議
- 25日(土) ぬくもり学習「平家物語」3回目
- 26日(日) ほっとカフェぬくもり寺子屋<子ども食堂・学習支援>
- 28日(火) まちづくり歴史文化講座フィールドワーク
- 30日(木) コミセン全館清掃