



コミセンと地域のニュース

みなかぜ

令和6年9月1日

南風コミュニティセンターH/P
メールアドレス

<http://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333号
TEL 322-9656
FAX 324-9183



南風コミセンホームページ

第20回 南風音楽祭 ～加藤登紀子 トーク&ライブ～

祝 20周年 南風音楽祭は今年20回目を迎えます

- ◆ 日時：10月20日(日)
- ◆ 第I部 開場 14:30 開演 15:00
地域の各方の演奏 入場無料(自由席)
- ◆ 第II部 開場 16:00 開演 16:15
『加藤登紀子 トーク&ライブ』入場料1,000円(全席指定)

- ◆ 場所：南風コミュニティセンター 2階 大ホール
- ◆ 上履きをご持参ください



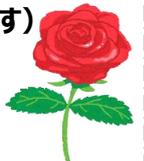
※南風校区在住で会場までの移動が困難な方は、南風校区社会福祉協議会が手配する送迎支援を利用することができます。
詳しくは南風校区社協事務局 (TEL 050-3696-4027) まで お問合せください。

～第II部 申込受付について～

◎ 9月29日(日) 午前10時より、南風コミュニティセンターにて受付開始

- ・先着150名様
- ・全席指定
- ・有料<1枚1,000円> 申込時にお支払いいただきます
- ・おひとり2席まで申込可
- ・申込者は校区在住限定(申込書持参は代理人でも可能です)

※詳しくは今回同時配布の南風音楽祭のご案内(カラーチラシ)をご覧ください(申込書が付いています)



【主催】南風校区運営委員会 音楽祭委員会 【協賛】南風校区社会福祉協議会
【後援】糸島市 【お問合せ】南風コミュニティセンター (092) 322-9656



～「第25回 南風校区文化祭」開催のお知らせ～

開催日時：11月2日(土) 9:00～15:30 開催場所：南風小学校

南風小学校児童のみなさんや校区の方々の作品展示、食べ物や物品のバザーなど現在準備中です。ご期待ください!



9-10月の行事予定

(予定は変更になることがあります)

日	曜	時間	内容
9/13	金	10:00～	0才からのおはなし会(そよ風文庫)
18	水	10:00～	南風PCサロン
19	木	13:30～	区長会
21	土	10:00～	南風小・中学生将棋教室⑤ 校区運営委員会 理事会
22	日	集合9:10	校区モルック大会(南風小運動場)
24	火	10:00～	ハーブと薬草のお勉強会②「アロマでハンドマッサージ」
10/1	火	10:00～	「五感を刺激し、脳を活性化し、元気になる講座」
3	木	14:00～	健康づくり講座～体幹をきたえるストレッチ～
11	金	10:00～	0才からのおはなし会(そよ風文庫)
13	日	10:00～	親子で足育講座
16	水	10:00～	南風PCサロン
19	土	10:00～	南風小・中学生将棋教室⑥
20	日	14:30～	南風音楽祭 (地域の各方の演奏と加藤登紀子トーク&ライブ)

「親子で足育講座」～子どもの時から足を大切に～

いつまでも健康でいるために、足はとても大切です。足の秘密や足指の体操、正しい靴のはきかたなど、楽しく実習しましょう。

- ◆ 日時：10月13日(日) 10:00～12:00
- ◆ 講師：木村 珠枝(きむら たまえ) さん
足育コンシェルジュ

◆ 場所：南風コミセン 2階 大ホール

◆ お願い

- ①マジックテープかひも付きの歩きやすい靴できてください
- ②5本指か普通のソックスをはいてきてください
- ③水分補給のための飲み物を忘れずに!

- ◆参加費：無料
- ◆定員：親子25組60人程度(先着順とさせていただきます)

お電話でもお申込みいただけます
南風コミセン TEL322-9656



お申込みはこちらから



コミセン主催講座「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…そんな時に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
※9月は18日、10月は16日、11月は20日です

- ◆ 講 師：田邊 宣一さん

- ◆ 場 所：南風コミセン 会議室

- ◆ 持ち物：パソコン、スマホ
タブレットなど

- ◆ お申込み・参加費：不要（どなたでも受講できます）

※お問合せ先：南風コミセン TEL 322-9656



コミセン主催

「五感を刺激し、脳を活性化し、元気になる講座」 ～五感で味わうさつまいもの量感画～

さつまいもを見て…触って…匂いを嗅いで…、秋の味覚をパステルで表現します。あなたの五感を刺激して、脳を活性化し、楽しく元気になりましょう。

- ◆ 日 時：10月1日(火) 10:00～12:00

- ◆ 講 師：福島 修子 さん
臨床美術士

- ◆ 場 所：南風コミュニティセンター 1階 研修室

- ◆ 持ってくる物：はさみ(紙切り用)、飲み物(水分補給)

- ◆ 材料費：300円

- ◆ 定 員：6名程度(先着順とさせていただきます)

※お問合せとお申込み先：南風コミセン TEL 322-9656



コミセン主催 健康づくり講座 「体幹をきたえるストレッチ 他」

今年度も糸島市 地域活動指導員の高杉さんによる健康づくり講座を開催いたします。(3回実施)
気持ちよく身体を動かしてリフレッシュしましょう!

- ◆ 日時
①10月3日(木) 14:00～15:30
②11月14日(木) "
③12月26日(木) "

- ◆ 講 師：高杉 龍元さん(糸島市 地域活動指導員)

- ◆ 定 員：各回15名程度(先着順とさせていただきます)

- ◆ 場 所：南風コミセン 2階 大ホール

- ◆ 参加費：無料

- ◆ 持ち物：飲み物、タオル、ヨガマット、運動ができる服装
ヨガマットをお持ちでない方はセンターで用意します

※お申込み先：南風コミセン TEL 322-9656



コミセン主催「ハーブと薬草のお勉強会③」 ～和ハーブを使ったオリジナル七味とうがらしづくり～

山椒や柚子などの和ハーブを使ってあなただけの七味とうがらしを作ってみませんか。和ハーブを楽しみながら種類や効能のお話も伺います。

- ◆ 日 時：10月22日(火) 10:00～12:00

- ◆ 講 師：市川 陽子 さん
Rainbow Connection代表
ハーバルライフコーディネーター

- ◆ 場 所：南風コミュニティセンター 1階 研修室

- ◆ 持ってくる物：筆記用具

- ◆ 材料費：1,000円

- ◆ 定 員：10名程度(先着順とさせていただきます)

※お申込み先：南風コミセン TEL 322-9656



認知症・フレイル予防教室「コグニサイズ」

コグニサイズとは、国立長寿医療研究センターが認知症を予防するために作ったプログラムで、運動と認知課題を同時に行います。どなたでも参加できます。事前申し込みは不要です。

- ◆ 日 時令和6年9月17日(火)10:30～12:00
- ◆ 講 師：平井 かおりさん(ウエルネスボディケア協会代表)
- ◆ 場 所：南風コミセン 1階 談話室
- ◆ 参加費：無料 ◆ 持ち物：タオル、水分補給できるもの

※お問合せ先：南風コミセン TEL 322-9656



「高齢者教室

～ピラティスとチューブストレッチ体操～

今年度は、ピラティスでお洒落に気持ちよく身体を動かしましょう。おなじみチューブストレッチも登場します。

- ◆ 日 時：①10月27日(日) 10:00～12:00
②12月15日(日) "
③2月9日(日) "

- ◆ 講 師：川原 英雄さん(柔道整復師)
中村 佳美さん(ピラティス インストラクター)

- ◆ 定 員：15名程度(先着順)

- ◆ 場 所：南風コミセン・2階 大ホール

- ◆ 参加費：無料

(チューブをお持ちでない方はチューブを購入していただきます)

- ◆ 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

※お申込み先：南風コミセン TEL 322-9656



そよ風文庫主催「0才からのおはなし会」

そよ風文庫は南風コミュニティセンター登録のボランティアサークルです。
毎月第2金曜日の10時から、南風コミュニティセンターでおはなし会を開催しています。小さなお子さんだけでなく、どなたでもご参加いただけます。一度のぞいてみてください。

- ◆ 9月の開催日は 9月13日 金曜日 10:00～
10月は11日、11月は8日、12月は13日です
- ◆ 場 所：南風コミセン1階 談話室

※お問合せ先：南風コミセン TEL 322-9656

