



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334号

TEL 322-9656

FAX 324-9183



南風コミセンホームページ

令和6年10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



～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。

※詳しくは後日全戸配布の文化祭パンフレット(カラーチラシ)をご覧ください。(会場図やプログラム掲載)



南風校子連主催「南風校区ウォークラリー大会」

～さわやかな秋風に吹かれながら、
ワイワイ楽しく歩きませんか～

◆日時：11月10日(日)

9時スタート～12:30頃 解散予定

◆場所：南風小学校及び南風校区内

◆対象者：南風校区の小学・中学生子ども会会員

◆申込先：各行政区子ども会育成会

◆参加費は無料、参加賞もありますよ(^^♪

◆内容

チームごとに南風小学校体育館からスタートし、指示書に示されたチェックポイントを探しながら校区内を歩きます。チェックポイントでは地域の方々と交流しながら、クイズに挑戦。その正解数と全ポイントをまわって体育館に戻ってくるタイムを競います！



第28回 糸島地区 小・中学生将棋大会

お待ちかね！今年も小中学生の「将棋大会」を開催いたします。将棋好きの糸島地区(福岡市今宿地区を含む)の小・中学生の皆さん、多数の参加を待っています。

◆日時：11月9日(土) 12時15分～17時

※11時30分～12時 受付

◆会場：南風コミュニティセンター(南風小学校西隣)
(糸島市南風台 8-10-52 TEL092-322-9656)

◆講師：古賀 悠聖 六段(プロ棋士/日本将棋連盟)

◆参加費：500円(当日、受付にて)

◆申し込み用紙は各学校にあります(南風コミセンにもあります)

◆お問い合わせ先 南風コミセン TEL 322-9656
火曜日～日曜日(9:00～17:00) ※月曜日は休館

そよ風文庫主催「0才からのおはなし会」

◆10月11日 金曜日 10:00～

11月は8日、12月は13日、1月は10日です

◆場所：南風コミセン1階 談話室

「親子で足育講座」～子どもの時から足を大切に～

◆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

◆場所：南風コミセン 2階 大ホール

◆どなたでも(大人だけでも)参加いただけます

※お申込み先：南風コミセン TEL 322-9656



10-11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
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①
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～	第20回 南風音楽祭 (地域の方々の演奏と加藤登紀子トーク&ライブ)
22	火	10:00～	「和ハーブを使った七味とうがらしづくり」
27	日	10:00～	ピラティスとチューブストレッチ体操①
11/2	土	9:00～	第25回 南風校区文化祭
8	金	10:00～	0才からのおはなし会(そよ風文庫)
9	土	12:15～	第28回 糸島地区小・中学生将棋大会
10	日	9:00～	校子連主催「南風校区ウォークラリー大会」
13	水	14:00～	健康づくりエクササイズ①

南風校区青少年育成指導員会主催

～糸農高生と作る「クリスマスを彩る寄せ植え」～

クリスマスらしいお花の寄せ植えをつくって楽しんでみませんか。寄せ植えの作り方のコツや、おすすめの草花、寄せ植えのアイデアを糸島農業高校の生徒さんが紹介します。

◆日時：11月16日(土)9:30～11:30
(糸農玄関前で、9:00より受付)

◆場所：糸島農業高校 2号温室
(糸島市前原西3丁目2番1号)

◆対象：南風校区にお住まいの方

◆募集人数：20名(先着順) ◆参加費：500円

◆申込締切：10月26日(土) 定員になり次第、締切ります

※軍手等は各自ご準備ください
(室内での作業になります)

※作った寄せ植えはお持ち帰りになれます
※持ち帰り用のレジ袋をお持ちください

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



参加者募集中！

お申込みとお問合せは 南風コミセンへ TEL322-9656 FAX 324-9183

火曜日～日曜日(9:00～17:00) ※月曜日は休館 メール minakaze.k@city.itoshima.lg.jp



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



「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



コミセン主催「健康づくりエクササイズ」

音楽に合わせて身体を動かすエクササイズとストレッチ運動を組み合わせ、無理なく楽しく運動します。

心身ともにますます健康になりましょう。



◆ 日 時：①11月13日(水) 14:00～15:00

②11月20日(水) //

③11月27日(水) //

◆ 講 師：吉澤 麻理 さん(運動支援員)

◆ 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

◆ 持ち物：飲み物、タオル、ヨガマット

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「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

10月は16日、11月は20日、12月は18日



◆ 講師：田邊 宣一さん ◆ 場所：南風コミセン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

※お問合せ先：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：10月24日(木)・29日(火)いずれも10:00～11:00

◆ 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

コミセン主催

～「地域猫(さくらねこ)活動」について知ろう～

庭や畑をトイレにされて困っているあなた、近所で飼い主がいない猫を見かけて、猫の暮らし向きを心配するあなた…いわゆる野良猫に悩んでいるみなさん、野良猫の実情を知って、「人と今いる猫たちが安心して暮らせるようなしくみ」について、考えてみませんか？

21

◆ 日 時：①令和6年11月28日(木) 10:00～12:00

②令和7年1月30日(木) //

③ " 2月27日(木) //

◆ 講 師：イトネコ さん

(糸島市地域社会福祉活動)

◆ 定 員：各回20名程度(先着順)

※3回とも基本的な内容は同じですが、発表事例などは変わります。ゲストが来ることもあります。

◆ 場 所：南風コミセン・1階 研修室 ◆ 参加費：無料

◆ 内 容：野良猫の実情や地域猫の取り組みについて、飼い主のいない不幸な猫をふやさないために、など

※お問合せ・申し込み先：南風コミセン TEL 322-9656

