

小郡交流センター だより

【No.179】令和 2年11月号
【発行】小郡校区コミュニティセンター
【Tel・Fax】0942-72-2846
【携帯】080-7478-8417



※ 交流センターだよりは2か月に1回の発行になりました。
次回は、1/15発行になります。

【担当】甲斐
亜乃景

ただいま募集中!

クリスマスからお正月まで飾れる

寄せ植え教室

募集人数(成人男女)10人

日時: 12月18日(金)
午前10時~11時30分
場所: 小郡交流センター 研修室1
材料費: 2000円(鉢、土、花代含む)
持ってくるもの: エプロン, 軍手, 移植ゴテ

※汚れてもい
い服でお越し
ください

かわいい
寄せ植えて
お客様を
お迎えしま
せんか?

これはイメージです

申込・問合せ
小郡交流センター: 0942-72-2846

新春「健康落語会」

日時: 令和3年1月24日(日)

10:00開場
10:30開演~12:00

募集人員: 30名(要予約)

参加費: 無料

場所: 交流センター2階ホール

演者: 粗忽家 酔書(そこつやよいしよ)さん

内容: 落語、紙切り

申込先: 0942-72-2846
(小郡交流センター)

笑う門には
福来る!



小郡交流センター ~11月・12月・1月のお知らせ~

【休館日】 11月/ 15日(日)・23日(月)・29日(日)(定期清掃日)
12月/ 20日(日)・28日(月)~31日(木)
1月/ 1日(金)~4日(月)・11日(月)・17日(日)・31日(日)

【移動図書館しらすぎ号】(10:20 ~ 10:50)

11/27(金)・12/11(金)・12/25(金)・1月は休みです

※移動図書館につきましては、変更になることがあります。お問い合わせください。

交流センター
ホームページは、
下記のバーコード
をスキャンして
ご覧ください。



問題: トンボは全部で何匹? 答えは表題部分にあります。

<http://ogori-k-kominkan.ogori.net/>

交流センター主催講座のご報告 その1

9/17 交流セミナー2020「笑顔が増えるコミュニケーション講座」



今年最初の交流セミナー「笑顔が増えるコミュニケーション講座」が行われ、講師に色彩心理ファシリテーターの豊増三枝子先生をお迎えし、性格を色で表すという手法を講義していただきました。

講座の中で、参加者各自の色を調べ、それぞれの色の持つ特色、ほかの色(他者)とコミュニケーションをとる際の注意点などを教えていただきました。自分の色を知ることにより、新たなコミュニケーションを築いていくヒントが見えたようです。



注: 「交流セミナー」は3月~4月に募集した会員を対象しています。途中からの参加はできませんので、ご了承ください。

交流センター主催講座のご報告 その2

10/8 健康講座3回シリーズ①「からだまるごと、いきいき生活」



小郡市南地区地域包括支援センターの方々を講師にお迎えし、健康セミナー3回シリーズ「からだまるごと、いきいき生活」の1回目が行われました。

講演に先立って、3回目の講座開催時に比較するため、簡単な筋力測定や10m歩行測定を行いました。

講座の中で「あなたはフレイル?」や「運動によってフレイルを予防する方法とは」など、とても興味深い話を聞くことができました。また、講演の中で、筋力トレーニングの実技指導もいただきました。

普段の生活の中に、簡単なトレーニングを取り込むことで大きな効果が得られることが、良くわかりました。

※フレイルとは: 筋力や心身の活力が低下した状態(日本老年医学会)

注: 「健康講座3回シリーズ」は9月に募集した会員を対象しています。途中からの参加はできませんので、ご了承ください。



小郡まち協部 会活動報告

スポーツ部会

本年度予定してました事業はすべて中止となりました。しかし、部会施策でスポーツ補助金制度を始めました。詳しくは各区のスポーツ部会員へお尋ねください。

防災部会



防災部会では9月26日に小郡防災士会のご指導のもとH・U・G(避難場運営ゲーム)の実施研修を行いました。ゲームを通じ避難所運営の難しさを体験しました。

環境衛生部会

環境衛生部会では9月10日にリサイクルアドバイザーの講演をいただき、ゴミ処理の問題点や、その費用などについて学びました。

部会では様々な機会でごみ問題について地域のみなさんへ情報を発信したいと考えています。