

◎10月 主な行事予定 396号

2	金	気ままに元気塾(男のフレイル予防 10時)
9	金	アジア映画鑑賞会(10時30分)
10	土	人権ポスター表彰式 Xmas 作戦会議 1 回目(14時)
16	金	気ままに元気塾(男のフレイル予防 10時)
17	土	しおばる秋まつり (11時～15時)
18	日	地祿神社 秋の大祭 (13時)
31	土	定例休館日 ※リサイクルステーションもお休みです

ふれあいサロン絆

塩原公民館 講堂にて

✿10月5日(月)10:00～12:00

♪二胡の演奏を楽しもう

🍷みんなでランチ (200 円)



✿10月19日(月)
13:00～15:00

♪保健師さんの健康相談と栄養の話

♪お茶とおしゃべりを楽しもう

※対 象: 校区在住の65歳以上の方

認知症予防カフェ けんカフェ



認知症を正しく知り、予防につながるヒントを学ぶ、つどいの場です。お茶を飲みながら、楽しい時間を過ごしませんか。どなたでもどうぞ 🍀

*日 時: 10月25日(日)10:00～12:00

*場 所: 塩原公民館 講堂

*参加費: 100円 (お茶お菓子付き)

絵本であそぼう 森のゆうびん屋さん ～だいすきなひとにおてがみをだそう～

お手紙ってどうやって届くの? もらうとうれしいよね～! 読み聞かせの後、大好きな人へのお手紙を手作りしましょう。

☑日 時: 10月24日(土)10:00～11:30

☑場 所: 塩原公民館 講堂

☑対 象: 幼児～小学生親子 10組程度

☑参加費: 無料

☑講 師: 心くおか子育てマイスター
ほっぺとほっぺ

☑持ってくる物: 届けたい人の住所

※公民館へお申込みください。



専門薬剤師さんの健康講座

循環器病を正しく知って健康的な毎日をおくろう

日 時: 10月24日(土) 14:00～16:00

場 所: 塩原公民館 講堂

内 容: ①講話

「循環器病とは? 主な原因と予防について」

②健康測定

血管年齢・脳体力・骨ウエーブ 他

③薬剤師の健康相談会

講 師: そうごう薬局塩原店 専門薬剤師

定 員: 校区住民 30名程度

参加費: 無料

※公民館へお申込みください。

共催: 健康推進委員会

◎校区の人口 15,321人 ◎世帯数 9,297世帯
(男性 7,138人 女性 8,183人)

◎南区の人口 273,054人

～R8.9.2 現在住民基本台帳～

♡しおばる子育てサロン♡

塩原校区では二つの子育てサロンで育児奮闘中のみなさまとお子さまをサポートします。

☆育児サロン きらきらっ子

快適な室内で自由にお過ごしください。

子育てお役立ち講座やイベントも開催します。



☆絵本サロン ブックバ〜ル

保育園の先生やボランティアといっしょに読み聞かせ、手あそび、季節の工作などをします。

🐱10月13日(火)育児サロン きらきらっ子

10:00～12:00 講堂にて



10:15～11:15

🎶親子で3B 体操🎶

パパママも両手を伸ばして

リフレッシュしましょう



🐱10月20日(火)絵本サロン ブックバ〜ル

10:00～12:00 児童等集会室にて

🐱10月27日(火)育児サロン きらきらっ子

10:00～12:00 講堂にて

400mL献血にご協力ください

🔴日 時: 10月22日(木)9:30～11:30

🔴場 所: 南区保健福祉センター 講堂

🔴対象者: 男性 17～69歳 女性 18～69歳

(65歳以上の方は 60～64歳の間に献血経験のある方) 男女ともに体重 50 kg以上

※当日問診によりご遠慮いただく場合があります。

主催: 健康推進委員会

バレエはじめませんか？

キッズバレエセ・ミニョンは現在小学生4人、幼児2人で活動しています。初めてでも安心♪まずは見学からどうぞ。お待ちしております。

- ＊毎月第1～3水曜日（祝日はお休み）
- ＊幼児クラス（3歳～） 15:45～16:30
- 児童クラス（小学生～）

16:30～17:15

- ＊塩原公民館講堂にて
- ＊会費：2,500円



区民と医師との会 講演会 『血管の健康について』

～あなたの心臓や腎臓を守るために～

日 時：10月29日（木）14:00～15:30

場 所：塩原公民館 講堂

講 師：おおはし内科循環器内科医院

副院長 石岡 規生さん

対 象：校区住民 30名程度

※公民館へお申込みください

「区民と医師との会」は、南区医師会が地域住民の方々の日常の健康管理に役立ててほしい、という思いで行っているボランティア活動です。



主催：健康推進委員会

中学生・高校生対象 自習室を開放します！

11月1日（日） 13時～16時

11月3日（火祝）10時～16時

☆塩原公民館 講堂にて ☆スタッフ常駐

☆塩原校区以外の生徒も OK

主催：青少年育成連合会

南米アンデス地方の民族音楽

フォルクローレコンサート

出演：ラ・カサ・ベルデ

日 時：11月8日（日）14:00～16:00

場 所：塩原公民館 講堂

チケット代：どなたさまも無料

古代インカ帝国時代から引き継がれている伝承曲を中心とした音楽。独特な民族楽器が奏でる素朴な音楽をアンデスの山々を思い浮かべながら、どうぞお楽しみください。



公民館へお申込みください。

秋のウォーキング講座

日 時：11月9日（月）10:00～12:00

場 所：塩原公民館 講堂

講 師：健康運動指導士 上本 哲也さん

内 容：・姿勢よく歩く歩き方
・おすすめストレッチ＆筋トレ
・河川敷でウォーキング実践
（雨天時は講堂を歩きます）

定 員：校区住民 30名程度

持ってくる物：タオル・帽子・飲みもの

履きなれた靴と動きやすい服装

※公民館へお申込みください。

主催：健康推進委員会

人権ポスター募集のお礼と展示のご案内

塩原小学校5・6年生を対象にした人権ポスター募集に20作品も応募いただき、ありがとうございました。

審査はとても大変でしたが、4作品が優秀賞に決定いたしました。

入賞者のみなさん、おめでとうございます。

また、福岡日本語学校の留学生2名も作品を寄せてくださいました。

合わせて22作品を展示しますのでどうぞご覧ください。

展示スケジュール

公民館 10月10日（土）～16日（金）

秋まつり 10月17日（土）

南区役所ロビー、さん・さんプラザでも巡回展示予定です。

主催：人権尊重推進協議会

秋だ！まつりだ！
15000人だ！
鎖集合

しおばる秋まつり

日 時：10月17日（土） 雨天中止
11:00～15:00

場 所：塩原小学校 運動場

※1 詳細は別紙案内をご覧ください。

※2 駐車場はございません。近隣のコインパーキングをご利用ください。



裏方ボランティア大募集



毎年思っちゃけど…

この秋まつり、

いつも誰がどうやって作りよう？

＼実は、たくさんの「裏方さん」が支えています！＼

お申込みは右の二次元コードより ⇒

応募締切日：10月12日（月）

