

いま…新しい風  
生きがい 楽習



## 来年の成人式は1月10日(日)



▲校区ごとに記念写真の撮影



▲文化会館ロビー受付の様子

▼**式典会場** 市文化会館大ホール  
▼**時間** 受付 午前11時30分  
式典 午後0時30分  
記念写真撮影 午後1時  
終了後、中学校区ごとに交流会

▼**問い合わせ先** 生涯学習課 学習・文化係 (内線523) ファクス 73-5222 Eメール ogori@city.ogori.jp 〒838-0142 小郡市大板井1180番地 生涯学習センター内)

を行います。企画・運営は、新成人で設立した実行委員会が行います。新成人の皆さんのご参加をお待ちしています。

▼**対象者** 1989年(平成元年)4月2日～1990年(平成2年)4月1日生まれの人

▼**案内状の送付について**  
12月に小郡市に住民登録している新成人に送付します。外国人も対象になります。

**新成人が市外在住の場合は、事前申込みをお願いします。**  
現在市外に住んでいる新成人が小郡市の成人式に出席を希望する場合は、はがき・ファクス・電話・Eメール・窓口のいずれかで、次の事項を生涯学習課までお知らせください。

①名前(ふりがな) ②生年月日 ③住所 ④案内状を送付する住所(世帯主名) ⑤電話番号 ⑥出身中学校名  
はがき・ファクス・Eメールで申し込む際は、「成人式参加」と明記してください。

案内状を送付する住所が、新成人の現住所と異なる住所(ご実家など)の場合は、世帯主のお名前も併せてお知らせください。

### 女性再チャレンジ支援事業第4弾

## 『私の仕事応援講座』募集

自宅で！お金をかけずに！自分の得意分野で！とスモールビジネスを考える人たちも増えています。今回はネットを使って、これから仕事をどのように広めるのか、あるいは、どんなふうに進めたらよいか、どんな方法があるのか…etc、現在活躍中の起業家からアドバイスをもらおう！

### 第1回 公開セミナー

無料！男性も参加できます

日時 12月10日(木) / 午後1時～3時30分  
会場 生涯学習センター ギャラリー1, 2  
内容 ・第1部 **成功への近道！これから始めるインターネットビジネス**



インターネットビジネスとは！具体的なネットビジネスの立ち上げ方法から、成功事例まで  
講師 Biz Assist 代表取締役 ITコーディネーター・個人情報保護士 森田 欣典 さん

【プロフィール】  
コンサルタント業務の傍ら、インターネットを活用したビジネスプランコンテストで全国3位を獲得し起業。現在もIT経営コンサルタントの傍ら、家族で『オーダーメイドパン屋』のネットショップを運営中。自らのショップ運営の体験を研修で惜しげもなく提供する、実践経験豊富な数少ないコンサルタント

・第2部 (財)福岡県中小企業振興センターネット通販運営サイト 福岡よかもん市場 紹介

### 第2回 実践セミナー

ネットショップの体験講座  
～ショップ出店の仕方や流れ～

日時 1月15日(金) / 午前10時～正午  
会場 生涯学習センター パソコンルーム  
参加料 400円

### 第3回 実践セミナー

ネットショップの管理から運営まで  
～ブログ、ホームページ活用の仕方～

日時 1月20日(水) / 午前10時～正午  
会場 生涯学習センター パソコンルーム  
参加料 400円

### 募集要項

- ・参加費 第1回セミナー無料、第2回、第3回セミナー希望者のみ各400円
- ・対象者 起業や事業に関心のある人(男性も参加できます) 25人程度
- ・託児 1歳以上未就学児を12人まで(託児料1回につき200円)
- ・申込方法 Eメール ogori-sg@awg.bbq.jp、はがき、ファクス、窓口でのいずれかで  
①第1回私の仕事応援講座②住所③氏名(ふりがな)④年齢⑤電話番号⑥託児希望の場合、お子様の氏名(ふりがな)・年齢を記入の上、ご応募ください。  
(第2回、第3回の実践セミナーは各12人募集予定。第1回セミナー時に申込用紙を配布します)
- ・応募締切日 11月24日(火)まで(午後5時必着)
- ・申込・問い合わせ先 生涯学習課 学習・文化係 ☎72-2111 内線523 ファクス73-5222 〒838-0142 小郡市大板井1180-1



## くろつち会館よりお知らせ

### くろつち秋の文化祭

自治区の文化作品の展示と自衛隊による演奏会を開催いたします。皆さんどうぞお越しください。

#### 展示の部

- ▶日時 11月21日(土)・22日(日)／午前9時～午後5時
- ▶会場 くろつち会館内ロビー他

#### 自衛隊による演奏会

- ▶日時 11月22日(日)／午後3時～4時
- ▶会場 くろつち会館大ホール
- ▶演奏曲目 東京オリンピックマーチ、見上げてごらん夜の星を、宮崎駿アニメファンタジー他

★皆さんのご参加をお待ちしています。★

### くろつち歴史講座

- 「大和なでしこの日本史」歴史を彩った女性たちの生き様
- ▶日時 12月5日(土)／午後1時30分～3時
  - ▶会場 くろつち会館
  - ▶講師 黒木実馬さん

### くろつちエコクラブ

- ▶日時 12月1日(火)／午後2時～3時30分
  - ▶会場 くろつち会館
  - ▶内容 ①ダンボールコンポストの説明と出来た土からの活用方法  
②燃料費をエコするっておきの知恵を学びます。
  - ▶参加費 100円
- ※コンポストの資材を常時実費でお分けします。次の予定は、2月1日です。
- ◆問い合わせ先 くろつち会館 ☎73-2768

平成21年度 文化庁生活文化普及支援事業(募集案内)

## 「みんなで学ぶ楽しい囲碁入門教室」

囲碁は集中力が身につく、想像力を育み、発想力が豊かになる頭脳ゲームです。

あなたも囲碁を始めてみませんか!!

今回、文化庁・日本棋院の協力で囲碁入門教室を次のとおり開催いたします。

奮ってご参加ください。

- 主催 文化庁・日本棋院・小郡市囲碁入門教室実行委員会
- 後援 小郡市教育委員会・西日本新聞社
- 内容 ・プロ棋士が囲碁のイロハを直接指導します。  
・コース別の指導を行います。(プロの多面打ち)

開催場所	生涯学習センター	
開催日	平成21年11月29日(日) 平成21年12月13日(日) 平成22年1月23日(土) 平成22年3月7日(日)	1日だけの参加でも構いません
開催時間	午後1時～5時	
対象者	幼児・小学生・中学生・高校生と保護者 および地域住民(お一人でも参加できます)	
参加費	無料	

- 申込締切 11月16日(月)
- 申込方法 住所・氏名・年齢・学年・電話番号を記入のうえ郵送またはファクスでお申し込みください。
- 申込・問い合わせ先 「みんなで学ぶ楽しい囲碁入門教室」実行委員会(丸林俊市)  
☎090-4994-3666 ファクス75-4131  
〒838-0106 小郡市三沢4225-506

## 0才期からの子育て研修会 『食は命を育む』

9月12日(土)、生涯学習センター七夕ホールにおいて野菜人形劇グループの代表・柴田多恵子さんをお迎えして、食育のお話をまじえながら、生野菜を人形に見立てた人形劇を披露していただきました。柴田さんは実家の旅館を手伝いながら、生野菜を使った人形劇で「朝ごはんをしっかり食べよう」や「地産地消」といったテーマで幼稚園、保育園、小学校などを訪問しておられます。

人形劇の合間には、乳幼児を引き付ける、手遊びやトンネルくぐりなどの遊びもあり、家族で楽しく食の大切さを学んだ研修会でした。



## 『花の種まき』

「花と緑の会」と市民会議が協働でつくっている二森農園に9月27日(日)、来春に咲く花の種蒔をしました。

ちょうどいい具合に夕方から雨も降り、いい苗に育ってくれるよう願っています。

種まきの後は、春に香椎花園よりいただいてきて今隈に干しているチューリップの球根を整理しました。

どちらも、11月には、各学校幼稚園等に配布の予定です。来春の花壇にたくさん花を咲かせてくださいね。ご協力いただいた関係者の皆様、ありがとうございました。



<問い合わせ先> 小郡市青少年育成市民会議事務局(生涯学習課内) ☎72-2111 内線522



# 第18回 小郡音楽祭「メインステージ」

小郡音楽祭制作市民ミュージカル 博多座公演

## 「ハードル」～真実と勇気の間で～

原作：「ハードル 真実と勇気の間で」「ハードル 2」青木和雄・吉富多美(金の星社刊)  
 総監督：山崎三代子／脚本：徳満亮一／演出：松井和子  
 主催：小郡音楽祭市民ミュージカル「ハードル」制作委員会、小郡音楽祭実行委員会  
 共催：小郡市、小郡市教育委員会

勇気をもって  
声をあげよう！  
尊い命を守るために！！



私ども小郡音楽祭は、ジャンルも世代も超え、人と人がつむぎだす糸を大切に音楽を通じて未来へつなごうと活動し、18年目になります。3年前より取り組みましたこの市民ミュージカルは、いじめ、差別、家族愛、戦争、平和をテーマに命の大切さを訴えた作品です。これまでの初演・再演では約3,500人の観客の皆さんに、大きな感動を生んでいます。今回の博多座公演を通してさらに広く多くの人へメッセージを発信したいと思っています。

今回、こうした活動の主旨に賛同した『福岡花ライオンズクラブ』が、青少年育成チャリティーの一環として多くの方に作品を観てもらおう活動を展開しています。

■期 日 12月12日(土) (青少年育成のチャリティー公演 福岡花ライオンズクラブ)  
 開場 午後4時30分 / 開演 午後5時30分  
 ※12日分のチケットは完売しました。  
 12月13日(日)  
 開場 午後1時 / 開演 午後2時  
 ■会 場 博多座 (福岡市博多区下川端 2-1)

■入場料 S指定席：5,500円  
 A指定席：4,000円  
 B指定席：2,500円  
 ■チケット発売所：小郡市文化会館、  
 ローソンチケット (Lコード：84701)  
 ※ローソンチケットは12月13日(日)のみの取り扱い  
 ※市民割引は10月31日で終了しました。

■問い合わせ先 小郡音楽祭実行委員会事務局(小郡市文化会館内) ☎72-3737 ファクス72-3828

### 総合型地域スポーツクラブ ★小郡わいわいクラブ★

### よってこんの～通信 No.5

#### 《今、話題のスロートレーニング》

★気軽にできる割には筋力アップやダイエット効果も大きいと注目されているスロートレーニングを紹介します。名前の通り、ゆっくり(スロー)行う運動のことですが、ただ単にゆっくりなだけではありません。今回は、足腰を強化するスクワットトレーニングを紹介します。

- ①まず、準備運動として、その場で50回、高く足踏みをします。膝をなるべく高く上げるのがポイント。太ももが床と平行になるくらいまで膝を上げます。片足1秒くらいの速さでゆっくり行います。上げる時よりも下ろす時に“ゆっくり”を意識してみてくださいね。(ふらつく時は、片手を壁やイスの背に添えましょう。)
- ②スクワットはイスに座り、両腕を前に上げた状態からスタート。膝が伸びきらないところまで、1・2・3と数えながら、5秒かけて立ち上がり1秒キープ。さらに5秒かけて元の姿勢に戻しますが、イスには座らずにお尻がイスにつく前で止めます。(運動中、ずっと筋肉の緊張を保つため、運動の効果に影響があり、重要なポイントですよ！)前かがみにならないように、お尻を突き出すような格好で背筋を伸ばすことを意識してくださいね。毎日やると疲れをためすぎてしまって、逆効果になります。2日に1回、5～10×3セットを目標にしましょう！

**わいわいクラブ会員限定！**  
**“体力・運動能力テスト参加者募集”**  
 ★開催日程および会場  
 11月11日(水) / 午後1時30分より  
 小郡市体育館  
 ★募集人数  
 20代～70代 各年代4人程度  
 ★テスト内容  
 長座体前屈・握力など6種目  
 ★申込締切  
 11月8日(日) / 午後5時まで  
 ★申込先窓口  
 情報大学事務局・市体育館・市野球場

#### ♡今月の教室紹介♡

#### 多種目体操教室

講師 牛嶋洋二先生  
 会場 市体育館  
 時間 水曜日《午後2時～3時30分》  
 特徴 各々の体力に応じてスポンジテニスや卓球、バドミントンなど、1種目ではないので、体力に自信がない方も気軽に楽しめますよ！

次回は  
スポーツチャンバラを  
紹介します



※わいわいクラブは会員制です。詳細はお問い合わせください。【申込・問い合わせ先】小郡わいわいクラブ事務局 ☎73-5459



## 第15回 市民ふれあい運動会

すがすがしい秋空の下、10月11日(日)第15回市民ふれあい運動会が、市陸上競技場で開催されました。小学生リレー、年代別リレー、チビッコリレー、玉入れ競技など老若男女が公民館対抗競技に参加し、各テントの応援を背にスポーツの秋を楽しみました。



▲チビッコリレー

今年から二人三脚横むかで玉入れ競技に、ポーンポイントが加算されることになり、選手はもろろん応援も例年以上の盛り上がりでした。また、午後からの玉入れ競技では、「ひつひでも多くの玉を入れよう」と

皆さん一生懸命投げていました。今年もすがすがしい汗を流し、心も体も満足感を感じ、和気あいあいと市民のふれあいが一層深まった一日でした。来年も、多くの方のご参加を楽しみにしています。主な競技の結果は、次のとおりです。



▲玉入れ競技

- 総合の部
  - 優勝 西島
  - 準優勝 大保原
  - 第三位 三沢
- 小学生女子リレー
  - 優勝 美鈴が丘
  - 準優勝 大原
  - 第三位 大保原
- 小学生男子リレー
  - 優勝 西島
  - 準優勝 大保原
  - 第三位 寺福童
- 年代別リレー
  - 優勝 大原
  - 準優勝 西島
  - 第三位 大保原
- 躍進賞 (今回4位 前回27位)
  - 三國が丘2

## 平成二十一年度 体育協会表彰受賞者

平成二十一年度の体育協会表彰が行われました。

この表彰は、小郡市体育協会の中で長年にわたり体育およびスポーツの健全なる普及振興に貢献された人、各種目で全国大会に出場され優秀な成績を収めた人および団体に授与されます。

- 佐々木益雄 (野球協会)
- 福田 敏 (陸上競技協会)
- 能塚 俊和 (陸上競技協会)
- 森山 恵子 (剣道連盟)
- 横溝 文子 (剣道連盟)
- 城戸 涼花 (剣道連盟)
- 福田 大象 (水泳協会)
- 福田 孝美 (バドミントン連盟)
- 白石美加子 (バドミントン連盟)

- 牛嶋 洋二 (小郡市体育協会前会長)
- 剣道連盟青年女子 (剣道連盟)
- 東野少年剣道教室 (剣道連盟)



## フェスティバル小郡 第32回市民スポーツ 大会結果(準優勝以上)

今年22公民館から約360人の選手が参加し、童心に戻ってプレーを楽しんでいました。

○ ソフトボール大会 (10月18日(日)・たなぼた地域運動広場)

○ 優勝 小坂井2

○ 準優勝 西島



## スポーツフェスタ・ふくおか 第52回福岡県民体育大会 秋季大会

9月19日(土)・20日(日)、北九州地区の各会場にて、標記大会が催されました。

陸上・バスケットボール・バレーボール・ソフトテニス・卓球・バドミントン・剣道・弓道の8競技に参加し、小郡市選手団は総勢182人で、試合に臨みました。総合成績は18位でした。各競技の結果は以下の通りです。(上位入賞のみ)

- ☆ 陸上競技 ☆
  - 壮年男子の部
    - 70歳以上 走り幅跳び 準優勝 白石 武
    - 70歳以上 砲丸投げ 準優勝 白石 武
- ☆ 卓球競技 ☆
  - 青年男子の部 準優勝
- ☆ 剣道競技 ☆
  - 青年男子の部 準優勝
  - 一般女子の部 優勝