

# スポーツ&カルチャー

3  
2021  
Sports & Culture

## 太宰府市男女共同参画推進センタールミナス



「ルミナス」の名称には「光り輝く」という意味が込められています。ルミナスに集い、ルミナスでつながる全てのみなさんの生活に光り輝く時間をプラスし、男女共同参画の和を広げていける施設でありたいと考えています。



男女共同参画社会実現  
に向けての意識づくり

あらゆる分野における  
男女共同参画の促進

### ～男女がいきいきと輝くまちづくりをめざして～

太宰府市男女共同参画推進センタールミナスは、男女共同参画社会実現の推進を図り、男女共同参画に係る教育・啓発及び男女共同参画社会の形成を目的としています。

男女共同参画の拠点施設として「男女一人ひとりがいきいきと暮らし、自己実現を図っていくことのできる社会」を目指した取り組みを行っています。

だれもが互いの人権を  
尊重しあう社会づくり

ルミナスを拠点とした  
リーダー及び団体の育成

### ルミナスの取り組み

#### ●講座・セミナー

男女共同参画に関するセミナーや、就業やスキルアップに役立つ講座などを開催しています。

- ・資格取得のための講座
- ・ワーク・ライフ・バランスに関する講座
- ・再就職を支援するための講座
- ・女性の起業や副業を支援する講座
- ・DV防止のための啓発講座
- ・LGBT、ジェンダーへの理解を促進する講座
- ・健康増進のための運動、料理講座など

興味のあるテーマがありましたら、ぜひご参加ください。  
託児(満2歳以上就学前まで)を無料で行っています。

#### ●るみなすライブラリー

書籍の貸出しも行っています。ご利用ください。

#### ●情報提供

男女共同参画に関する情報やイベント情報を収集し、ロビーや情報コーナーで提供しています。

#### ●学習の場の提供

学習などに無料開放しています。※独占使用不可

#### ●ルミナス登録団体

男女共同参画に関する市民活動を支援し、ルミナス登録団体と協働した取り組みや、交流の場づくりを進めています。

\*「登録団体」とは男女共同参画事業に参画している団体です。

ビューティフルフラブアメリカ/フラダンスヒナノ教室/ピラティス瞑想  
TAOエナジー気づきの体操/ひばりエクササイズ/楽しいヨガ教室  
「ふるさと太宰府」舞踊保存会/リラ・クラシックバレエ教室1・2・3  
ストレッチ小组/うたごえ小组/ 裏千家喜楽会/茶道太宰府こども教室  
JoyfulTable/朗読ルミナスの会/男女共同参画を進める市民ネットワーク太宰府

#### ●ルミナスDV相談室 ※要予約

第2・4木曜日10～15時 面接相談を行っています。

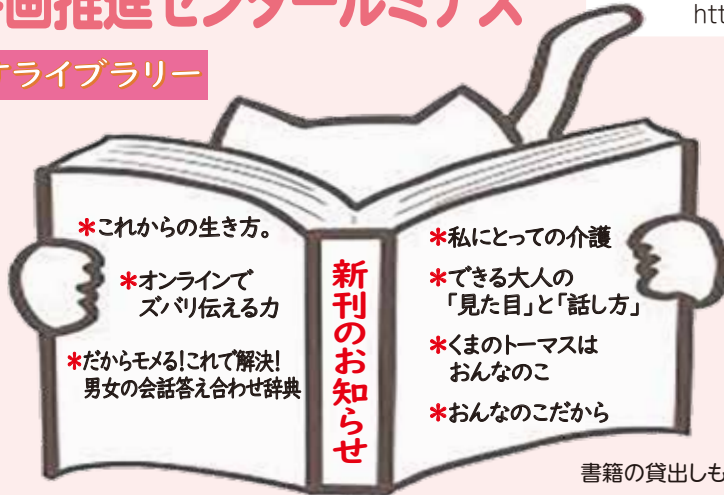


# 男女共同参画推進センタールミナス

申込先 〒818-0102 太宰府市白川2-2  
<http://dazaifu-ruminas.jp/>

TEL(925)5404

## るみなすライブラリー



\*これからの生き方。  
 \*オンラインでズバリ伝える力  
 \*だからモメる!これに解決!  
 男女の会話答え合わせ辞典

新刊のお知らせ

\*私にとっての介護  
 \*できる大人の「見た目」と「話し方」  
 \*くまのトーマスはおんなのこ  
 \*おんなのこだから


書籍の貸出しも行っていきます。ご利用ください。

## 各講座の申込方法

下記の方法で申し込んでください。

- ホームページ** 各施設の画面から必要事項を入力してください。
- 往復ハガキ** 住所・氏名(ふりがな)・年齢・電話番号・教室名または講座名(コース・クラス名)、託児の有無を記入し、**それぞれの施設へ** 郵送してください。
- 施設の窓口** 郵便ハガキ1枚を持参し、申込書に記入してください。(太宰府市以外の人でも受講可)

- 申込多数の場合は抽選となります。
- 応募ハガキは1講座につき、一人1枚でお願いします。
- 全日程受講可能な人に限り申し込んでください。
- 納められた受講料、教材費については受講の有無にかかわらず還付できません。
- 受講者数が一定に満たない場合、開催を中止することがあります。※お預かりした個人情報は、ほかの目的には使用いたしません。

 このマークのついた講座は託児があります。託児の対象は満2歳(講座開講日の時点)から就学前までです。  
**託児** (講座開講日の時点)から就学前までです。  
 ※親子で参加できる講座を除きお子さま同伴での受講はご遠慮願います。

## (公財)太宰府市文化スポーツ振興財団事務局

申込先 〒818-0125 太宰府市五条三丁目1番1号  
 事業課・事業係 TEL080(1705)6793

### 硬式テニス教室

レベルに合わせて丁寧に指導します。  
 コース・日時 ※各コース 令和4年3月末まで、全24回

初級/中級コース	4月19日~毎週月曜日 9:30~11:00
初心者A・Bコース <small>A:少しラリーが出来る程度 B:過去に少し経験がある程度</small>	4月19日~毎週月曜日 11:00~12:30
初級者コース	4月22日~毎週木曜日 13:00~14:30
中級者コース	4月21日~毎週水曜日 10:00~11:30

※月曜日は休園日ですが、財団主催の講座につきテニスコートを使用します。祝日は休講です。  
 ※天候などにより休講になる場合があります。

**場 所** 歴史スポーツ公園テニスコート  
 (太宰府市吉松4丁目1-1)

**定 員** 各12人  
**受講料** 各10,800円×2回(分納)  
**締 切** 3月18日(木)必着



## お散歩からはじめる体力づくり ~公園へでかけよう~②

外出自粛が続き、運動不足による体力低下が気になる人も多いのではないのでしょうか。人込みや密接な状況での会話や飲食は避けるべきですが、これからの季節、散歩程度の軽い運動から始めましょう。

歴史スポーツ公園や梅林アスレチックスポーツ公園は、休憩できる東屋もあり、気軽に利用できます。お帰りになったら、感染症対策を!手洗い・うがいをお忘れなく!! ※体調が優れない時、人の少ない場所ではマスクを外して休憩しましょう。

### 梅林アスレチックスポーツ公園

子どもたちの大好きなアスレチック施設や、広い人工芝の多目的グラウンドがあります。遊具で遊んだ後は、しっかり手洗いをしましょう。

### 歴史スポーツ公園

テニスコートや多目的広場でのスポーツの他にも、遊歩道の散歩が楽しめます。心地良い木陰を歩いて、春の風景を楽しみましょう!



# いきいき情報センター

申込先 〒818-0125 太宰府市五条三丁目1番1号 TEL(928)5000  
http://dazaifu-info.or.jp/

## 文字を楽しむ 篆刻



趣のある古代文字などから、名前や好きな言葉をデザインし、書や絵画、年賀状などの仕上げの判子、遊印を彫り楽しめます。11月に受講生作品展有り。

日時 4月6日～令和4年3月15日  
第1・3火曜日(全24回)※変更月あり

13:00～15:00

講師 なかのきみのぶ  
中野公信

定員 10人

受講料 8,000円×3回(分納)

教材費 5,000円程度

※必要に応じ別途道具・石材等購入を要します。

締切 3月23日(火)必着



## 囲碁



囲碁をはじめてみませんか。頭の体操になり、対局での交流が楽しい講座です。

日時 4月7日～令和4年3月16日  
第1・3水曜日(全24回)※変更月あり

13:30～15:00(17:00まで自由対局可)

講師 どろろ ひでたけ  
轟 英武(日本棋院筑紫支部長)

定員 25人

受講料 7,500円×2回(分納)

教材費 2,700円程度

※初めての人のみテキスト代

締切 3月17日(水)必着



## 前結び着付け



帯を前で結んでうしろに回す帯結びにチャレンジしませんか。楽で着崩れない着付け方や、前結びならではの色々な変わり結びが楽しめます。

日時 4月12日～令和4年3月14日  
第2・4月曜日(全22回)※変更月あり。8月は休講

10:00～12:00

講師 しもかわともこ  
下川智子  
(前結び宗家 高等師範)

対象 女性

定員 15人

受講料 12,100円×2回(分納)

教材費 19,800円程度

(初めての人のみ)

締切 3月29日(月)必着



## いきいきストレッチ



冬の硬くなった身体をゆっくりとストレッチでほぐしましょう。ダンベル・青竹ふみなどを使い血行をよくします。疲れにくい身体づくりを目指します。

日時 4月9日～令和4年3月18日  
毎週金曜日(全42回)

9:50～10:50

講師 みやしたかずこ  
宮下和子

定員 25人

受講料 10,000円×3回(分納)

締切 3月26日(金)必着



## スロービクス



音楽にあわせて楽しく全身運動しましょう！エアロビクスよりもスローですが脂肪燃焼効果が期待できます。

日時 4月9日～令和4年3月18日  
毎週金曜日(全42回)

11:00～12:00

講師 みやしたかずこ  
宮下和子

定員 25人

受講料 10,000円×3回(分納)

締切 3月26日(金)必着



## やさしいベリーダンス

骨盤を立てる姿勢、腰や腹のなめらかな動きが特徴の美容と健康のエクササイズ。全く初めての人もOKです！ベリーダンスの魅力を感じてください。見学可

日時 4月7日～令和4年3月9日  
水曜日(全33回)※変更月あり

19:30～20:45

講師 もこ  
mocho

対象 女性

定員 20人

受講料 11,000円×3回(分納)

教材費 別途徴収(希望者のみヒップスカーフ)

締切 3月25日(木)必着



## 骨盤調整★エクササイズ



今、話題の骨盤底筋！鍛えて内臓の位置を上げ、可動域を広げ、腸活や姿勢・ぽっこりお腹改善。女性特有の痛みや不調を仲間と楽しく軽減しませんか。見学可。

**日時** 4月13日～令和4年3月15日  
毎週火曜日(全40回)  
19:50～20:50

**対象** 女性  
**定員** 15人  
**受講料** 8,000円×4回(分納)  
**締切** 3月23日(火)必着

**講師** 生駒嘉美



## エアロビクス



ストレス発散、脂肪燃焼、心肺機能、持久力の向上を目的に、音楽に合わせた楽しいダンス形式のエクササイズを体験しませんか。爽快でリフレッシュできます。見学可。

**定員** 各15人  
**受講料** 各7,000円×4回(分納)  
**締切** 3月25日(木)必着

### コース・日時

コース	日時 ※各全40回	講師
朝	4月8日～令和4年3月10日 毎週木曜日 10:00～11:00	新開智子
夜	4月12日～令和4年3月28日 毎週月曜日 20:00～21:00	梅津寿子



## ファイトエアロ



全身運動で消費カロリーが高く、基礎代謝を上げ脂肪燃焼効果大なフィットネスとキックボクシングの良さを合わせたパワフル系エクササイズ。アップテンポの音楽でストレス解消しませんか。見学可。

**定員** 朝15人・夜20人  
**受講料** 各7,000円×4回(分納)  
**締切** 3月26日(金)必着

### コース・日時

コース	日時 ※各全40回	講師
朝	4月12日～令和4年3月28日 毎週月曜日 10:00～11:00	松尾万葉
夜	4月9日～令和4年3月18日 毎週金曜日 20:00～21:00	



## ヨガ



コース・日時 ※各全40回	内容 ※各コース見学可	講師
<b>免疫力アップヨガ</b> (しっかり癒し系) 4月8日～令和4年3月10日 毎週木曜日 14:00～15:10	深い呼吸法により、自律神経や血液循環を調べ、リラックス&リフレッシュができる免疫力アップを目的としたヨガ。	吉田ナーシャ
<b>アシュタンガヨガ</b> (動きのあるハード系) 4月8日～令和4年3月10日 毎週木曜日 19:50～21:00	運動量が多めのハード系で、筋力、代謝アップ・脂肪燃焼を期待する方にお勧めのヨガ。	内山佐和子
<b>週末朝ヨガ</b> (ゆっくり癒し系) 4月10日～令和4年3月12日 毎週土曜日 10:00～11:10	初めての方でも気軽に参加OK！太陽礼拝から始まるゆったり、のんびりとしたヨガ。深い呼吸と共に安定した心と身体を目指します。	内山佐和子

**定員** 各15人  
**受講料** 各9,000円×4回(分納)  
**締切** 3月23日(火)必着



# 文化ふれあい館



申込先 〒818-0132 太宰府市国分四丁目9番1号 TEL(928)0800  
http://dazaifu-bunka.or.jp

## こだわりの味噌づくり

講師が大切に育てた大豆や麴を使って合わせ味噌(約2kg)を仕込み、美味しい食べ方について学びます。

**日時** 4月8日(木)13:30~15:30  
**講師** 井上ユキエ  
(農山漁村女性実践専門家・醸しにすと)  
**定員** 16人  
**受講料** 1,000円  
**材料費** 1,400円  
**締切** 3月25日(木)必着



## 春の里山を歩いて食べる

四王寺山裾の里山を通り、歴史の散歩道から太宰府市民の森を歩きます。春の野草や木の芽を見つけ採取し天ぷらにして味わいます。

**日時** 4月24日(土)10:00~15:00  
**講師** 須田隆一(福岡県保健環境研究所)  
**対象** 小学生~大人※小学1~3年生保護者同伴  
**定員** 20人  
**受講料** 600円(材料費込み)  
**締切** 4月10日(土)必着



## リラクゼーションヨガ

女性の不調を和らげるためのリラックスヨガ。月ごとのテーマに沿って緊張した心と体を緩めバランスを整えます。

**日時** 4月14日~令和4年3月23日  
第2・4水曜日(全24回)  
10:30~11:30  
**講師** 山中賢子  
(ヨガインストラクター)  
**定員** 14人  
**受講料** 10,200×2回(分納)  
**締切** 3月31日(水)必着



## うらの(ん)じょう 「浦ノ城について」

太宰府天満宮の西側にある丘の上には、鎌倉時代、武士と朝廷の職を兼任し、大宰府の最高責任者であった少弐氏の居城と伝わる「浦ノ城」が築かれていました。

文永11年(1274)と弘安4年(1281)の二度にわたる蒙古襲来を契機に、幕府が異国警固のため役所を博多に設置したことで、九州の政治の中心は大宰府から博多に移りました。そのため幕府は、大宰府を支配していた少弐経資に、権力弱化の埋め合わせと蒙古襲来時の活躍の恩賞として、弘安5年(1282)に浦ノ城を与えたと考えられています。その後、文和元年(正平7年、1352)浦ノ城では、室町幕府を開いた足利尊氏の家臣で、九州統治を任された一色道猷と、反尊氏派と手を結ぶ少弐頼尚との間で戦が行われました。

現在、浦ノ城の跡地の大半は宅地化により失われ、一部が公園となっています。太宰府は、中世においても歴史的な出来事の舞台としてたびたび登場し、浦ノ城もその一つでした。

学芸員 松村 和



浦ノ城跡(太宰府市連歌屋 浦之城公園)

## 開催中 第25回くらしのうつりかわり展 **入場無料**

昭和時代の太宰府を中心に、人々の暮らしが変化していく様子が見られる生活道具などを紹介しています。昔の道具をとおして、先人の知恵と工夫をのぞいてみましょう。



**会期** 開催中~3月14日(日)9:00~17:00



# いきいき情報センター

市民ギャラリー・イベント広場の展示情報は、ホームページでもお知らせしています。  
http://www.dazaifu-info.or.jp/

## 〈市民ギャラリー〉

フロアオープン時間 9:00~21:30

## 〈イベント広場〉

### umekko-art作品展

3/16(火)~3/21(日)  
※最終日 15:00まで



### ペーパー・スクリーン版画講座 受講生作品展 (いきいき情報センター主催講座)

3/5(金)~3/18(木)  
※最終日 13:00まで



### 山 弘孝 写真展

3/23(火)~3/30(火)  
※最終日 15:00まで



## 親子で楽しむ 《あそびの広場》

4月のテーマは「こいのぼりつくろう！」ビニール袋に紙をちぎって中に入れます。かわいい、こいのぼりができますよ！！

日時 4月13日(火)  
①10:00~11:00  
②11:15~12:15  
場所 いきいき情報センター プレイルーム  
対象 満2歳~就学前の親子  
定員 各5組  
参加費 無料  
材料費 100円  
申込 窓口・電話申込(定員になり次第締切)



## おもちゃ病院

日時: 3月13日(土) 13:00~15:30 (受付は14:30まで)  
場所: いきいき情報センター 202号室  
診察代: 1品100円(部品代別途)

## なかま募集 (自主サークル)

※問い合わせは、代表者に直接ご連絡ください。  
※原稿の締切は発行月の2ヵ月前までです。  
※掲載の申込先: 財団事務局 (いきいき情報センター2F) 平日8:30~17:00

### ★元気が出る麻雀教室

初めての方、大歓迎です。安心して楽しめる元気が出る麻雀教室です。

日時: 毎週金曜日 14:00~17:00  
場所: いきいき情報センター  
会費: 3,000円  
年会費: 2,000円  
問い合わせ/白野孝一090(6426)1096

## 〈利用者のみなさまへ〉

新型コロナウイルスのワクチン接種会場が、いきいき情報センターとなった場合は、展示・各講座が中止もしくは変更になることがあります。詳細については、スポーツ&カルチャーやH.P等でお知らせします。

## 編集/公益財団法人 太宰府市文化スポーツ振興財団

〒818-0125 太宰府市五条三丁目1番1号 TEL(920)7070 FAX(920)7149  
http://www.dazaifu-z.jp/  
事務局 事業課 TEL080(1705)6793

(公財)太宰府市文化スポーツ振興財団は下記施設の管理・運営を行っています

- いきいき情報センター TEL(928)5000 ㊟毎月最終水曜日
- トレーニングルーム TEL(920)9900 ㊟毎月最終水曜日
- 市民図書館 TEL(921)4646 ㊟毎月最終水曜日・毎週月曜日 (祝日のときは翌平日)
- 文化ふれあい館 TEL(928)0800 ㊟毎週月曜日(祝日のときは翌平日)
- 男女共同参画推進センタールミナス TEL(925)5404 ㊟毎週月曜日(祝日のときは翌平日)
- 南小学校開放教室(太宰府南コミュニティセンター) TEL(928)6435
- 体育センター TEL(921)0180 ㊟毎週月曜日(祝日のときは翌平日)
- 歴史スポーツ公園 TEL(921)1132 ㊟毎週月曜日(祝日のときは翌平日)
- 大佐野スポーツ公園
- 梅林アスレチックスポーツ公園 TEL(921)5822 ㊟毎週月曜日(祝日のときは翌平日)

市内の公共施設をご利用の際は、便利な「まほろば号」をご利用下さい。

## つくし お隣りさん情報

※2月15日現在  
※表記金額は前売料金です。詳細については各会館までお問い合わせ下さい。

ミリカロードン那珂川 那珂川市仲2-5-1 TEL(954)2211	
3/7(日)	那珂川市少年少女合唱団 第7回 定期演奏会 500円 ※小学生以上有料 14:00
3/11(木)~3/14(日)	ミリカ文化・健康サークル受講生文化祭 ・作品展示 3/11(木)~3/14(日)10:00~16:00 ・舞台発表 3/14(日)11:15~16:00 ※同時開催 夢文化祭MINI 入場無料

春日市ふれあい文化センター 春日市大谷6-24 TEL(584)3366	
3/6(土)	ふれぶんシネマ倶楽部「ローマの休日」(モノクロ・字幕スーパー版) 出演:オードリー・ヘプバーン グレゴリー・ペック ほか 会場:スプリングホール(入場制限あり) 施設利用料 1枚300円 ※要電話予約 ※3歳以上有料 ①10:00 ②14:00
3/20(土・祝)	Hall de フランテコンサート vol.3 出演:小林 知加(アルパ) 藤原 隆幸(パーカッション) 会場:スプリングホール(入場制限あり) 一般300円 11:00(終演予定11:40)
4/29(木・祝)	たにぞう&きよこ&タニケンの遊育計画in春日 全席指定 一般2,500円 親子ペア3,500円 ※3歳以上有料 14:00

大野城まどかぴあ 大野城市曙町2-3-1 TEL(586)4000	
3/6(土)	シネマランド「5パーセントの奇跡〜嘘から始まる素敵な人生〜」 ※入場制限あり 施設利用券 300円 4枚回数券1,000円 ※未就学児入場不可 ①10:00(日本語吹替版) ②15:00(日本語字幕版)
3/1(月)受付開始	2021年度大野城まどかぴあ友の会 グランド会員募集 主催事業のチケット先行発売や特別料金などお得な特典あり。まどかぴあ総合案内、まどかぴあWEBサービスにてお申し込みください。 年会費1,500円
~3/31(水)募集締切	2021年度サポーターバンク「ぐるぐる」メンバー募集 公演等のサポートをしてくださるボランティアスタッフを募集します。居住地・経験は問いません。詳しくは、館内設置のチラシ、ホームページをご覧ください。

筑紫野市文化会館 筑紫野市上宮質1-5-1 TEL(925)4321	
3/13(土)	夢野久作と杉山三代研究会 第8回研究会 会場:筑紫野市文化会館 2階 多目的ホール 申込み・お問い合わせ/夢野久作と杉山三代研究会事務局(筑紫野市文化会館内) TEL092-925-4321 ※詳細は当会館HPに掲載しております。ご不明な点がございましたら、お問い合わせください。 入場料 有料 12:00
3/28(日)は延期になりました	筑紫野市ちくしの少年少女合唱団 第4回定期演奏会 主催・問合せ/筑紫野市ちくしの少年少女合唱団 TEL 092-921-2303(広沢)