



北九州市子ども・若者応援センター「YELL」

えるぽん通信

VOL.5-1

2025年1月31日発行
社会福祉法人
北九州市福祉事業団
北九州市
子ども・若者応援センター「YELL」
センター長：村上博志
〒804-0067
北九州市戸畑区汐井町1-6
ウエルとばた2階
☎：093-882-0188
31 JAN, 2025

おれんじ倶楽部 毎年恒例クリスマス会開催！

12月21日（土）に毎年恒例のYELLクリスマス会を開催しました。

今回のクリスマス会は、くじ引きで決めたグループに分かれて、謎解き&定番になりつつある、「YELLクイズ」をしました。謎解きも「YELLクイズ」も各グループで話し合いながら協力して考えている姿がとても印象的でした。最後にはプレゼント交換をしてとても盛り上がったので良かったです。今回のクリスマス会はどんな内容になるか楽しみです♪



おれんじ倶楽部 クリスマス調理実習 ブッシュドノエルを作ったよ♪

12月25日（水）クリスマス当日に調理実習でクリスマスの定番ケーキ「ブッシュドノエル」を作りました。初めて作るケーキでしたが、思っていたよりもみんな上手にできていました。思い思いのクリスマスケーキができ、みんな満足そうに帰ってくれたので良かったです！



虹のふもと YELLマーケット とっても好評です！

2か月に1回ウエルとばたの2階入り口前ホールで開催しているYELLマーケット。毎回多くの方がYELLの若者たちが作った商品を購入して下さっています。ありがとうございます。若者達はYELLマーケットや虹のふもとで販売できるように頑張って制作しています。まだ来たことがない方、見るだけでも構わないので是非お立ち寄りください。次回は3月13日（木）11：30～13：30の予定です。



プチ心理学講座 タン活をしてみよう！

北九州市のアドバイザーである鎌田實先生が「タン活」を進めています。「タン活」というのは、普段の食事でタンパク質をしっかり取って健康になろうという活動です。タンパク質は心の健康にも大事な栄養素で、セロトニンやドーパミンなどの神経伝達物質を作る栄養素にもなります！心も体も元気になるために、「タン活」、始めてみませんか？

たんぱく質



編集後記

寒い日々が続いていますね。インフルエンザもコロナもどちらも警報レベルで流行っていますが、皆さん体調を崩さないように手洗い、気をつけましょう。

URL : <https://www.yell-kitaq.com/>



北九州市 YELL

