



## 人権市民講座 ～エンディングセミナー～

ご自身、家族のために考えてみましょう！

1月29日(水)、北九州市役所内郵便局長 有門 英雄氏  
小倉清水郵便局 中山支店長と一緒に、終活・相続の基本など  
専門的なお話を聞くことが出来ました。具体例を挙げて  
大変リアルな話で、皆さん真剣に聞いておられ、  
とても勉強になったと、第2弾を切望されてい  
ました。 【参加者20名】

## 生涯学習市民講座 生き生き大人塾

～フラワーアレンジメントを楽しもう！～

2/21(金)、造園施工管理技士の堀部直子さんと一緒に、  
春の花をアレンジしました。同じ花材を利用し全く違う個性豊か  
な作品が出来ました。 【参加者8名】



「春よこい！  
は～やく来い！」

### バリアフリー支援事業

## ～はなばたけ～

2/18(火)、小倉南区役所コミュニティ  
支援課の井上係長、廣永主査にお越し頂き、  
防災対策についてお話し頂きました。固形  
燃料1個でメスティン(アルミ製の飯ごう)  
でふっくらと美味しいご飯が炊き上がり  
「お～っ」と歓声が!!身近な物で、災害時に  
役立つ知恵と工夫を学び、防災への意識  
を高めました。 【参加者12名】

\*防災講座\*

メスティンでご飯を  
炊こう!



## ～ふれあいサロン～

2月13日(木) 浅野繁喜氏による後期高齢者が「光輝幸  
齢」に過ごせる講話をしていただきました。皆さん笑って毎日  
を過ごしましょう! 【参加者 21名】

毎月第2木曜日

今回はフレイルで健康状態チェック

【日時】3月13日(木) 10:00~12:00

【場所】朽網市民センター 和室 参加費:100円

交流の場、仲間づくりの場として、楽しく過ごせる場となっ  
ています。予約不要 お気軽にお越しください。

## 2/15(土) 令和7年度クラブ登録説明会と 避難訓練をしました。

ご出席頂きありがとうございました。皆様が安全、安心に楽  
しく活動されますように!どうぞ令和7年度もよろしくお願  
いします。(33クラブ+新規1クラブ参加)

### 古紙回収

日 豊	26日(水)
朽網町	14日(金)
蛭子山	25日(火)
大石町	18日(火)
錦水苑	18日(火)
西 町	18日(火)
新 町	18日(火)
県 住	9日(日)

市民センター 月～土  
(日、祝日除く)9時～17時

※雑がみ(お菓子の箱等)は  
古紙回収に出して下さい。

### 安全パトロール

【日時】  
7日(金)・21日(金)  
19時00分 出発  
(※10分前に集合)

【集合場所】  
朽網市民センター

どなたでも参加できます

※雨天の場合、パトロール  
の有無のお問い合わせ  
は、市民センターまで  
お願いします。

## 生涯学習市民講座 わくわく朽網っ子集会

ふわふわ  
おいしい簡単 カステラづくり

2月22日(土)、朽網市民センターで活動している  
「あじさい料理クラブ」の皆さまに、カステラ作りを教えて  
頂きました。当日は雪の舞う冷たい日でしたが、熱々の焼き  
たてカステラに「おいしい、おいしい」と大満足でした!

【参加者32名】



## カラオケサロン

～脳とからだの活性化～

2月24日(月)祝日、2周年の記念と称  
して、祝日にいつもより1時間拡大3時  
間の時間を設けてカラオケサロンを催し  
ました。休みの日ということで、子どもた  
ちや多くの参加者で賑わいました。大き  
く声を出して歌って、笑って、みんなで  
一緒に楽しく盛り上がりました。おしゃべ  
りや声を出すことは健康に暮らす長寿の秘  
訣ですね。 【参加者 48名】

毎月第4月曜日

【日時】3月24日(月) 13:00~15:00

【場所】朽網市民センター 多目的ホール

予約不要 お誘い合わせの上お越しください。

by 健康づくり委員会

## 子育てフリースペース さくらんぼ

1/28(火)、節分祭をしました。みんなで新聞紙ビリビリ  
からの丸めて豆だんご!そして鬼退治!リアルとらしまパ  
ンツ赤鬼登場!みんなで一緒に鬼は外!「退散退散!」鬼は  
にげていきました。みんなでおわりに、「鬼のパンツ」「豆ま  
き」の歌を元気よく歌いました。 【参加者22名】

## 妊産婦・乳幼児なんでも相談 のびのびランド

毎月第2火曜日

3月11日(火) 10:00~11:30

\*朽網市民センター\*

保健師による身体測定・健康相談など。

※母子手帳を持参ください。事前予約不要

小倉南区保健福祉課地域保健係 ☎093-951-4125

## クリーンアップ!

北九州空港開港記念一斉清掃

【日時】3月7日(金)

9:00~9:30受付 \*荒天候中止

来られた方から順次、清掃活動(30分程度)をお願い  
します。

【場所】JR 朽網駅周辺(集合場所\*朽網駅西口)

お茶・清掃用具は準備します。

北九州の玄関クリーンアップ協議会

皆さまのご参加をお待ちしております。