

発行 沼校区まちづくり協議会 / 市立沼市民センター
ホームページアドレス <http://www.ktgc01.net/mina/nucc/index.html>
小倉南区沼緑町4丁目28-1 TEL (093) 473-2021
発行責任者：沼市民センター館長 伊藤 均美

1日(日) 8日(日)
15日(日) 22日(日)
29日(日)

地域でGO!GO!健康づくり 合同開催

- 日 時 6月18日(水) 10:00~11:30
○場 所 沼市民センター 多目的ホール、会議室3
○講 師 北九州市立医療センター
院長 中野 徹 先生
○参 加 費 無料
○申込締切 6月13日(金) 一般募集あり
○申 込 み ご来館又は、お電話
○問 合 せ 沼市民センター Tel473-2021
○主 催 沼校区健康づくり部会



一般募集あり

生き生き子ども交流ひろば

- 日 時 6月14日(土) 10:00~12:00
- 場 所 沼市民センター 多目的ホール
- 講 師 ちいさなパソコン屋さん 杉井
- 参 加 費 150円(保険代含む)
- 募集人数 20名
- 申込締切 5月31日(土)
- 問 合 せ 沼市民センター Tel473-2021



コロコロ・すくすくの集い
フリースペース

コロコロ・すくすくの集い

- | | | | | |
|------|---|------|-------------|---|
| ○日 時 | 6月19日(木) | ○日 時 | 6月13日(金) | |
| ○時 間 | 10:00~11:30 | ○時 間 | 6月27日(金) | |
| ○場 所 | 沼市民センター
多目的ホール | ○場 所 | 沼市民センター | 和室1 |
| ○内 容 | リトミック | ○時 間 | 10:00~12:00 | |
| |  | ○内 容 | 6/13 | |
| | | | おもちゃ遊び |  |



子供の写真入りお守り製作



対 象 者 0才から3歳までのお子さんと保護者の方
是非、お越しく下さい！

地域でGO!GO! 健康づくり **沼区公民館**
健康診断のお知らせ

- ◇特定健診 ◇大腸がん ◇前立腺がん ◇結核・肺がん
◇肝炎ウイルス ◇若者健診 ◇基本健診
- 日 時 8月6日(水)
時 間 13:30~15:00
場 所 沼区公民館
結果返し 8月27日(水) 沼区公民館
- ☆事前予約 インターネット 9時~17時 5月6日(祝)より
電話 9時~17時 5月7日(水)より
- ☆集団検診予約センター 0570-783-077 または
093-953-6168
- 



楽しく学ぼう！水の安全教室
～川や海で事故にあわないために～



- 日 時 6月 28日(土) 10:00~14:50
★講座終了後15:30までプールで遊べます！
- 場 所 文化記念公園プール **参加費 無 料**
- 講 師 門司区海上保安庁・小倉南消防署
- 参加対象 小倉南区在住・在学の未就学児(3歳以上)~中学生
*未就学児~小3までは保護者同伴
- 受付開始 5月26日~(定員になり次第〆切)
- ★詳細は小倉南区役所コミュニティ支援課までお問合せください
TEL951-4115 (担当:前田・岩元)
- ★市民センターに申込チラシがあります！
- 

	30	29	28	27	26	25	24	23	22	21	20	19	18	17	16	15	14	13	12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1	6月の行事予定
	月	日	土	金	木	水	火	月	日	土	金	木	水	火	月	日	土	金	木	水	火	月	日	土	金	木	水	火	月	日	
		休館日		「ココロすくすくの集い 「フリースペース」			ふれあい健康ウォーキング 15時～		休館日	いもづくり大作戦 「今後の活動、役割決め」		・ココロすくすくの集い ・ママと赤ちゃんのための集い 保健相談	「シルバースクール 「がんのお話」			休館日	「ココロすくすくの集い 「フリースペース」			「女性セミナー 「はじめてのアロマ講座」	ふれあい健康ウォーキング 10時～		休館日							休館日	

沼夏まつり 中止のお知らせ

今年も沼夏まつりは、沼小学校の大規模改修によりグラウンドの使用が出来ない為、**中止**となります。

告知

まつりみなみ2025in 志井公園開催のお知らせ

日時 令和7年8月30日(土)

予備日 8月31日(日)

場所 志井公園(小倉南区志井)



5月のアルバム

美味しいパンづくり 生き生き子ども交流ひろば

- ☆日時 5月10日(土) 10:00~13:00
- ☆場所 沼市民センター 多目的ホール、会議室3、調理室
- ☆講師 ボランティア生き生きさん 近藤 キヨ子 様
- ☆参加者 24名

令和7年度の生き生き子ども交流ひろばが始まりました。初回はパンづくりで子どもたちは、パン生地を丸めたりねじったりと楽しみ動物の形をしたメロンパン・調理パン・ねじりパンを講師のアドバイスを受けながら作りました。焼き上がったパンは各自持ち帰りました。



開級式・チョコレートの世界へようこそ 女性セミナー

- ☆日時 5月14日(水) 10:00~12:00
- ☆場所 沼市民センター 多目的ホール、会議室3
- ☆講師 株式会社明治 管理栄養士 平山 愛友 様
- ☆参加者 31名



令和7年度の女性セミナーが開講しました。これより全9回の講座を32名の学級生とスタッフも含め一緒に楽しく学んでいきます。

サツマイモの育て方

苗の植え付け

- ☆日時 5月17日(土) 10:00~12:00
- ☆場所 沼市民センター 会議室1、2 隣の農園
- ☆講師 農園管理者 西山 剛 様
- ☆参加者 24名



いもづくり大作戦の初回は、農園管理者にサツマイモの育て方をご指導して頂きました。その後、センター横の農園にて、紅はるか・紅あずまの2種類のサツマイモで苗の植え付けを行いました。これから子どもたちはサツマイモを育て、収穫、販売、調理の体験を行う事で食の大切さについて学ぶきっかけとなれば幸いです。

いもづくり大作戦

開級式・懐メロから唱歌まで!生演奏と楽しむ健康トークで過ごす至福の時間

- ☆日時 5月21日(水) 10:00~12:00
- ☆場所 沼市民センター 多目的ホール 会議室3
- ☆講師 Sunドリームズ 吉田 茂 様
- ☆参加者 42名



令和7年度のシルバースクールが始まりました。開級式の後、Sun ドリームズさんによるコンサートを開催しました。生バンドの演奏に合わせてマラカスを振りながら歌を歌いました。歌の間のバンドの方のトークが楽しく終始笑いの絶えない時間になりました。

沼校区ふれあいグラウンドゴルフ大会

- ◇日時 5月11日(日) 9:30~
- ◇場所 沼小学校 グラウンド
- ◇参加者 50名
- ◇主催 沼校区まちづくり協議会



五月晴れの中、沼小学校に於いて沼校区グラウンドゴルフ大会が開催されました。壮年から高齢者までの参加者が集まり、2ラウンドを競い合いました。5人がホールインワンを達成出来て、とても楽しい大会になりました。ご参加頂いた方々、まちづくり推進部会の皆さん、関係者の方々、ありがとうございました。

沼市民センターからのお知らせ

新しいクラブが発足しました

健康マージャンクラブ

- 活動日 毎週 土曜日
- 時間 14:00~16:00
- 活動内容 健康維持の為にマージャン

令和7年5月1日発足



ひまわり文庫

5月1日(木)に本の入れ替えがありました。

沼市民センターでは、利用者の方が自由に本を読んで頂くために、図書コーナーがあります。小説、図鑑、絵本、文庫本などおいています。3か月に1回北九州市中央図書館より、入れ替えもありますので、是非ご利用ください。

『貸出期間 2週間 1人 4冊まで』



沼校区社会福祉協議会
ふれあいネットワーク事業

ふれあいサロン

沼校区にお住まいの70歳以上の方を対象に、サロン活動を行います。ご家族とお住まいの方も是非、ご参加ください。ご自身で沼市民センターまで来られる方が対象です。

○場所 沼市民センター 多目的ホール、会議室3

開催日	時間	申込期限
7月11日(金)	10:00~12:00	6月27日(金)
10月10日(金)	10:00~12:00	9月26日(金)
12月12日(金)	10:00~12:00	11月28日(金)
3月13日(金)	10:00~12:00	2月27日(金)

●春の臨時号 R7/5/1 号において間違いがありましたので訂正します。

●誤 久藤武司 自治連合会副会長 誤 安部克哉 自治連合会副会長

↓

●正 久藤武司 自治連合会 正 安部克哉 まちづくり推進部会

ぬまのささやき...



北九州市では、平野部で5月中旬から6月初旬、山間部で6月初旬から6月中旬頃にたくさんの川でホタルを見ることが出来ます。これは地域の方々が川の清掃を行うなど長年にわたりホタルを守る活動を行っている成果だと思えます。沼校区近郊では吉田川(吉田)、山寺川(葛原)でホタルの飛翔を見ることが出来るそうです。

2025年の夏至は、6月21日(土)だそうです。夏至とは太陽と地球の位置関係から一年のうちもっとも昼の時間が長い日の事を指します。この頃から夏の盛りに向かっていきますので今から暑い夏を乗り切る工夫を心掛けていきましょう。