

- ☆ 市民センターは、地域の皆さんのふれあいとコミュニティ活動の場です。
 - ☆ 生涯学習の場です。
 - ☆ 保健福祉活動の場です。
- 皆さんのご利用をお待ちしております。

北方市民センターだよシ 企 救

<発行>

北方市民センター
小倉南区北方二丁目16-10
TEL 951-0133
FAX 951-0035

発行責任者 石動丸 保幸

<http://www.ktqc01.net/mina/ktcf/>

9月の「夜間安全パトロール」

9月26日(金)19時00分から開始します。
多くの方の参加をお待ちしております。
よろしくお願いいたします。

9月の通学見守り

毎週水曜日の下校時の見守りは、各町内の状況に応じて、可能な範囲で実施します。
下校時間は、別途町内会長さんにご連絡します。よろしくお願いいたします。

「妊産婦・乳幼児なんでも相談」

事前予約制は止めました。直接来られてください。

【開催日時】 9月9日(火) 10:00～11:30
受付は、11:00まで

【開催場所】 北方市民センター（3階）
多目的ホール

住 所 小倉南区北方二丁目16番10号
電話 093-951-0133

【内 容】 妊産婦の健康相談
乳幼児の身長・体重測定、育児相談
【持ち物】 母子健康手帳
バスタオル(身体計測の際に使用します)

問い合わせ先
小倉南区役所保健福祉課地域保健係
(健康相談コーナー) 電話：093-951-4125

北方校区敬老祝賀会開催

日 時 9月15日(月)敬老の日
9時30分から受付
10時 開式

式典終了後 マンドリン演奏会

会 場 北方市民センター多目的ホール

連絡先 951-0133 北方市民センター

地域でゴーゴー開催

日 時 9月4日(木) 10:00～11:30

北方市民センターにて整体師手倉秀文氏とつしよに夏の疲れを癒して身体をリフレッシュしませんか。参加をお待ちしています。

連絡先 951-0133 北方市民センター

北方校区「ふれあい昼食会」のご案内

今月は「ふれあい昼食会」を開催する予定です。新型コロナウイルス感染防止を徹底し、楽しい昼食会となるように企画しております。

今月は、歯科衛生士さんによる講話の後に北方交番の方に詐欺防止の話をさせていただきます。
皆様のご参加をお待ちしております。

開催日時：令和7年9月19日(金)12時～

対 象 北方校区にお住いの65歳以上の
お一人暮らしまたは夫婦のみの世帯

開催場所 北方市民センター
小倉南区北方二丁目16-10
電話 951-0133

開催日 毎月第三金曜日12時から食事

利用料金 1食お一人 500円

申し込み 事前申し込みが必要です。
北方市民センターへお申し込みください。

パパ・ママ・子ども達の広場 コアラのぼっけ

日 時 9月11日(木) 10:00～12:00

内 容 歯のおはなし
歯科衛生士さんが楽しく歯の大切さを教えてくれますよ。

参加費 無料 **定 員** なし

連絡先 951-0133 北方市民センター

スポーツ交流会開催

北方校区体育委員会がソフトバレーボール大会を開催します。ふるってご参加ください。

主 催 北方校区体育委員会

種 目 ソフトバレーボール

日 程 9月21日(日)

会 場 北方小学校体育館

受 付 当日9時から

資 格 北方校区に在住する方及び中学生以上

その他 飲物、タオル上履きをご持参下さい。

申 込 北方市民センター 951-0133 まで



9月の行事予定

9月8日(月)22日(月)14:00~16:00
「ふれあい囲碁」

9月9日(火)10:00~11:30
妊産婦・乳幼児なんでも相談

9月11日(木)10:00~11:30
子育て支援「コアラのぽっけ」

9月15日(月)10:00~
敬老会祝賀行事

9月19日(金)12:00~
ふれあい昼食会

9月20日(土)10:00~
生き生き子ども講座

9月22日(月)10:00~
センター講座

9月26日(金)19:00~
夜間パトロール

8月20日(水)センター講座開催

「椅子に座ってするヨガ」ヨガインストラクター指導のもと心身の活力低下フレイルにならないための予防法を学びました。参加した皆さん若返って帰られました。



小倉南区 食生活改善推進員養成教室のお知らせ



ヘルスマイト大募集！

食生活改善推進員（通称ヘルスマイト）とは、地域のみなさんの食を通じた健康づくりをしていただくボランティアです。

- ◆対象 食生活改善のボランティア活動ができる方
- ◆日程【全6回】9:30~12:00(調理実習がある日は13時まで)
※第2回は9時30分~15時30分
令和7年10/24(金), 11/20(木), 12/19(金)
令和8年1/23(金), 2/27(金), 3/9(月)
- ◆会場 小倉南生涯学習センター(小倉南区若園5-1-5)
※11/20(木)は北九州市立生涯学習総合センター
- ◆内容 栄養の基礎知識などに関する講話、調理実習等
- ◆募集 20名程度(年齢不問)
- ◆申込み方法 小倉南区役所保健福祉課へ、お電話でお申込み下さい。
- ◆申込み・問合せ先
小倉南区役所保健福祉課 担当: 栄養士 TEL093-951-4125



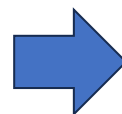
生き生き子ども講座

日時 9月20日(土)10:00~

手芸研究家徳吉さんの指導のもと、かわいいフォトフレームを作りましょう。手作りの楽しさや創造性を養いましょう。

若者健診を受けよう！

- 1 種類 若者健診
- 2 対象者 18歳~39歳の会社等の定期健康診断を受ける機会のない市民
- 3 受診料 1,000円の自己負担で約8,500円分の検査を受けられます
- 4 内容 血液検査、血圧測定、尿検査等
- 5 個別実施医療機関(市内約470か所)
事前に電話確認のうえ「北九州市の若者健診希望」とお申し出ください。
受診できる医療機関はこちら



北九州市民カレッジ

引き出そう!あなたのチカラ

~“好き”でつながる次の一歩~



自分の“好き”なことをどのように活かし、展開していくのかをアドバイザーの先生のお話しや実際に取り組んでいる方々の事例から学び、次の一歩を踏み出すことを応援します。

<講座内容・講師>

第1回目 未来をデザインする学び	内田 満
第2回目 自分らしさをチカラにしよう	西尾 幸枝
第3回目 事例紹介	まな Bees
第4回目 伝えたいことが伝わるメソッド	福岡 佐知子
第5回目 あなたの好きをカタチに	木ノ原 元美

【会場】八幡西生涯学習総合センター(八幡西区黒崎3丁目15-3)

【実施期間】10月22日~11月19日(毎週水曜日:全5回)

18時30分~20時30分

【申込期間】9月5日~10月1日 【受講料】2,000円

※詳細は八幡西生涯学習総合センター ☎641-9360



(9/5から受付開始)

北九州市は、環境未来都市として古紙回収等の集団リサイクルを推進しています。北方校区では、各町内会が日程を決めて集団資源回収を実施しています。(※詳細は、各町内会にお問い合わせください。)

※段ボールは、段ボールだけをヒモでくくってください。

※雑誌、新聞及びチラシも回収します。



北方市民センターで 特定検診を受けよう！

- 1 日時 12月3日(水)13:30~15:00
- 2 対象者 40歳~74歳の国保加入の市民
- 3 予約開始 9月3日(火)午前9時から
先着順
- 4 予約方法 インターネット又は
電話0570-783-077又は093-953-6168