



発行：貴市民センター
小倉南区西貫 1-11-1
TEL：093-475-6070
FAX：093-475-6071
休館日：日曜・祝祭日
発行日：令和8年9月1日
発行責任者：館長 高瀬由美
ホームページアドレス

<http://www.ktqc01.net/mina/nusf/index.html>

貴市民センター便り No.335



9月休館日



6 (日)
13 (日)
20 (日)
21 (祝)
22 (祝)
23 (祝)
27 (日)



安全・安心 ありがとうの町 貫校区

貫ふれあい文化祭 2026 ステージ出店者&展示作品大募集!

1日目:11/14(土)・2日目:11/15(日)

(時間等は貴市民センターにお問い合わせください。)

会場：貴市民センター

内容：ステージ発表・作品展示・ミニコンサート

食事バザー・貫ふれあい村・健康チェックコーナー

餅つき大会等(予定は変更になる場合があります)

※ステージ発表や作品展示、貫ふれあい村での出店を募集します。

募集期間:9/10(木)~10/20(火)17時まで

※詳細は町内回覧のチラシやHPをご覧ください。

★申込みは貴市民センターまでお願いします。



特定健診のお知らせ

日時：10月15日(木) 13:30~15:00

会場：貴市民センター 多目的ホールほか

【予約方法】④市民センターでの受付はしていません

① インターネットでの予約

北九州市 **集団検診** で検索

② 電話での予約

(9:00~17:00 土・日・祝日を除く)

集団検診予約センター 0570-783-077

または 093-953-6168

10名以下の
場合、中止にな
ります。

※健康教室

結果返しは10月29日(木)

特定健診(受診票が必要)のほか、肝炎ウイルス、基本健診・結核
肺ガン(喀痰検査は有料)、大腸がん(有料)・前立腺がん検診(有料)
若者健診(有料)、胃がん(有料)、骨粗鬆症(有料)を行います。



貫っ子 Jr. ハウス いっしょにあそぼう!

受付開始：10:00から

時間：10:30~11:30

定員：15組(先着順) 未就園児とその保護者

10/13(火)

保育園の先生とミニ運動会

講師：洗心保育園

10/27(火)

文化祭の作品を作ろう&

プチハロウィン

スペシャルゲスト:ぬっきーマン

※申込み、お問い合わせは
貴市民センターまで

HAPPY CHERRY

★おはなし会と自由あそび★

日時：10月7日(水) 10:00~11:30

場所：貴市民センター 多目的ホール

対象者：ふたごやみつごととその保護者&出産予定の妊婦と家族&
未入園児の方も参加できます

受付：9月1日より受付

★お申込み、お問い合わせは貴市民センターまでお願いします

家庭教育講座 小学校の生活と簡単親子料理

日時：10月10日(土) 10:00~12:00

場所：貴市民センター 調理室

対象者：貫小学校児童とその保護者

(学校からのお手紙で募集します)

家庭内でのコミュニケーションのきっかけづくりされませんか?



R8 後期 北九州市民カレッジ 見つけよう!新しいワタシ! ~対話で気づく、あなたの可能性~

「私もできる!」「私だからこそできる!!」そんな自分らしさに気づき「可能性」を、広げるき
っかけとなる講座です。

【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21日~11月18日

18:30~20:30 (毎週水曜日:全5回)

【受講料】2,000円

【申込方法】電子申請 二次元コードからどうぞ。↓↓

【申込期間】9月7日~9月30日

【問合せ先】生涯学習総合センター

☎571-2735

(必要事項を記入の上、FAX、郵送、
持参でもお申込みを受付しております。)



健康 de 生活悠々塾

減塩生活で健康維持

塩分を控えることで病気のリスクを下げます。健康維持の為に
是非、ご参加下さい。

日時：10月9日(金)

10:30~12:00

受付：9月7日(月)より受付

会場：貴市民センター 多目的ホール

定員：40名程度(先着順)

講師：小倉南区役所保健福祉課管理栄養士
杷野由枝さん

※申込み、お問い合わせは貴市民センターまでお願いします。

試食、サンプル土産
あります。



9月行事予定表

※予定は変更になる
場合があります

4	金	妊産婦・乳幼児なんでも相談	10:15~11:30
		人権市民講座 「おっと危ない!うちにもあった出火危険」	13:30~14:30
		クラブ代表者会議	14:30~15:30
5	土	貫なかよし講座 「ビーズでプレゼント作り」	10:00~12:00
8	火	いっしょにあそぼう! 「読み聞かせ♪本の秋まつり☆」 講師：ひなたぼっこ	10:30~11:30
9	水	市政だより配布(9/15号)	
10	木	全市一斉夜間非行防止 パトロール(各町内で実施)	20:00~21:00
11	金	健康づくり委員会全体会	13:00~
18	金	ふれあい昼食交流会	11:30~13:00
19	土	貫っ子クラブ 「小学生のSDGs講座」	9:30~11:30
		ふれあい委員会(長寿記念式典)	13:30~16:00
25	金	健康づくり委員会 「ぬぎ健康フェスタ」	9:30~11:30
29	火	市政だより配布(10/1号)	
30	水	ワイワイ健康ウォーキング	9:00~

貫校区生活安全パトロール

第6分団 9月10日、24日(木)

第7分団 9月12日、26日(土)



貫校区健康づくり委員会だより

世代間こえてかけあう挨拶の和と輪

ワイワイ健康ウォーキング

9月30日(水)

年7回以上の参加
で景品GET!

- 時 間：午前9時集合(約1時間程度)
- 集合場所：貫川コース(荘八幡神社階段下駐車場)
※歩くコースは当日決定します
- 持ってくるもの：帽子、タオル、飲み物など

㊟雨天の時は中止です。



10月17日(土) 農業体験 おひさま村

- さつまいもの収穫 午前9時半から
- 落花生の収穫 午後2時から
- ・受付開始 9月1日(火)
- ・参加費 200円(保険料含む)
- ・参加人数 各20程度(先着順)
- ・持ってくるもの 飲み物・軍手・スコップ
汚れても良い服装・長靴・帽子

※午前と午後のそれぞれで募集します。
※貫小学校児童は学校からのお手紙で申込みしてください。



宗像エコツアー

- ・日 程：10月8日(木)
 - ・定 員：40名(先着順)
 - ・参 加 費：3,500円
 - ・受付開始：9月14日(月)
 - ・主 催：貫校区環境衛生協会
- ※代金を添えて貫市民センターにてお申込み下さい。
(電話でのお申込みは受付しておりません。)
※お買い物希望する方は保冷バッグをご用意下さい。
※キャンセルの場合は10月5日(月)までにお知らせ下さい。
尚、以降はキャンセル料がかかる場合があります。
※保険に加入の為、ご本人の生年月日が必要です。



行 程

- 8:00 受付開始
- 8:30 貫市民センター出発
- 9:00 ~ 9:45 響灘ピオトープ(エコスポット①)
- 10:45~11:30 道の駅むなかた
- 11:40~12:00 釣川(エコスポット②)
- 12:30~14:30 昼食(ぶどうの樹 野の庵)
- 15:00~15:30 宗像大社辺津宮
- 17:00 貫市民センター解散

ぬき健康フェスタ

歩き方でわかる身体測定

~健康管理やフレイル予防をしよう~

- 日 時：9月25日(金) 9:30~11:30
- 受付開始：9:10から
- 会 場：貫市民センター 多目的ホール
- 定 員：30名程度
- ※機械の前を5M歩くだけで歩き方を測定し転倒のリスク、
体のバランスが分かります。
- ※申込み、お問い合わせは貫市民センターまでお願いします。



ふれあいグランドゴルフ大会

- 日 時：10月24日(土)
8:45~12:00(雨天中止)
- 会 場：文化記念公園 グラウンド
- 定 員：80名
- 持ってくるもの：お茶・帽子・タオル・動きやすい服装
- ※お申込みは各町内会毎にまとめて貫市民センターまでお願いします。



主催：貫校区社会福祉協議会ふれあい委員会

7/27(月) 貫なかよし講座

空気砲と石鹸を作ってみよう



ガス管や石鹸粘土
を使って西部ガス
の先生と楽しく作
りました♡

7/28(火) 貫っ子 Jr.ハウス いっしょにあそぼう!

保育園の先生とクッキング~♪



洗心保育園の
先生と楽しく
サンドイッチ
を作りました♡

7/29(水)貫っ子クラブ 北九州を知ろう!戸畑区編



戸畑高等技術専門学校に
て介護体験と3Dプリン
ターの体験、若戸大橋、
戸畑図書館、戸畑
祇園について勉強
しました。

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4回は9時30分~11時30分
令和8年 10/23(金), 11/27(金), 12/18(金)
令和9年 1/13(水), 2/26(金), 3/5(金)
- ◆会場 小倉南生涯学習センター(小倉南区若園5-1-5)
※1/13(水)は 北九州市立生涯学習総合センター
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



市民センター館長を募集中!(民間経験を重視した特別枠もあります!)

- 定 員：【一般枠】18名程度 【民間経験枠】若干名
- 対 象：①パソコンの基本操作ができる人
②常時勤務できる人
③民間企業等において、直近10年中に
5年以上の勤務経験を有する人
※ ③は『民間経験枠』のみ
- 申し込み：9月17日(木)まで(必着)

詳細は総務市民局地域振興課 電話 582-2111へ。

＼どんな知識や経験も生かせる仕事です!／



貫校区生活支援情報

お問い合わせは
支援員、西まで
080-9246-0967

<支援員による相談コーナー> 貫市民センター内

- ・内 容：高齢者の日常生活での困りごと(ゴミ出しなど)
- ・日 時：週4回 9:00~13:00迄
- ※但し、市民センター休館日を除きます。詳しくは支援員
までお尋ねください。

