



あしはら

センターだより第262号
令和6年4月1日

北九州市立足原市民センター

北九州市小倉北区足原2丁目8-3



TEL 941-5790

FAX 941-5792

発行責任者 樋谷 美緒

HP



Facebook

令和6年度生涯学習市民講座

「午前10時のサロンあしはら 前期」

今年度も多彩な内容で開催します！皆様の参加をお待ちしています！！

4/25 (木) 脊椎の病気について

第一回目は新小文字病院の先生方による講話を開催します。

- ◆1部◆ テーマ：脊椎の病気について
講師：院長兼 脊髄脊椎外科主任部長 高橋 雄一 氏
- ◆2部◆ テーマ：骨粗しょう症の食事について
講師：栄養科主任 田中 陽子 氏
- ◆3部◆ テーマ：骨折リエゾンサービスの取り組み～骨粗しょう症マネージャーってどんな仕事？
講師：作業療法士係長 前田 竜也 氏

申込み：4月2日(火)9時より来館または電話にて受付

日付	テーマ	講師
5/23 (木)	喜びと幸せを見出す 人生の可能性	敬愛小学校 校長 龍 達也 氏
6/27 (木)	知っているような気がするけれど いまさらきけないカタカナ言葉	科学技術コミュニケーション研究所 代表 泉 優佳理 氏
7/25 (木)	災害から学ぶ いざという時の判断力を身につける	小倉北区 コミュニティ支援課 神野 寛 氏
8/22 (木)	サマーコンサート～チューバの魅力 ようこそ低音の世界へ	チューバ奏者 森山 陽介 氏 ピアニスト 小山 哲平 氏

- ◇開催場所：足原市民センター1階 多目的ホール
- ◇開催時間：10時～12時
- ◇定員：各回60名程度(定員になり次第締切)
- ◇資料・お茶代：各回100円(当日徴収)

- ◇申込み：9時より来館または電話にて受付
- 4月・5月開催⇒4/2(火)より
- 6月・7月開催⇒6/3(月)より
- 8月開催⇒8/1(木)より

社会同和・人権教育講座

「人権のまなびをつくる」

日時：4月19日(金)19時より
場所：足原市民センター 2階 足原っ子ホール
講師：中島 弘陽 氏

参加希望の方は、足原市民センターまでご連絡下さい。

祝 ご入学おめでとうございます



【令和6年度入学式】

足原小学校：4月11日(木)
霧丘中学校：4月10日(水)

春 4月の予定

日	曜日	予定
月・木		高齢者地域交流支援通所事業「折り鶴」
月・水・金		ラジオ体操とおしゃべりしよう会
2	火	ご近所さんとお茶を飲む会「足原力フェ」
3	水	子育て相談・フリースペースあしはらさくらひろば
9	火	フリースペースあしはらさくらひろば
10	水	健康料理教室
17	水	ふれあい昼食交流会
18	木	生活安全パトロール
19	金	社会同和・人権教育講座(足原市民センター)
20	土	足原福祉会
23	火	あしはらピッコロ(子ども食堂 朝食)
25	木	午前10時のサロンあしはら
27	土	足原校区まちづくり協議会総会 足原校区自治連合会総会 足原校区社会福祉協議会総会

【ラジオ体操とおしゃべりしよう会】 いっしょにラジオ体操しませんか！

概ね、毎週月・水・金曜日の朝9時より、足原市民センター多目的ホールにて血圧測定・簡単なストレッチ、そしてラジオ体操を行っています。体操後はお茶を飲みながらおしゃべりタイム。健康管理をしながら楽しい時間をいっしょに過ごしませんか。どなたでも参加できます。ぜひご参加ください。

健康料理教室

日時：4月10日(水) 9時30分～
場所：足原市民センター 1階 調理室
会費：400円
申し込みは、足原市民センターまで随時受付します。

ふれあい昼食交流会

日時：4月17日(水) 10時45分～13時
場所：足原市民センター 1階 多目的ホール
会費：400円
欠席の方は、前の週の土曜日までに足原市民センターにご連絡ください。

4月より月～木曜日の閉館時間が21時に変更となります。

☆開館時間：月～木曜日 9時～21時

金曜日 9時～22時

土曜日 9時～17時

☆休館日：日・祝日 7・14・21・28・29日