

(昭和39年4月1日第1号発行)  
センター休館日 6月  
日曜日・祝祭日  
(1・8・15・22・29)  
センター開館時間  
月・火・水・金曜：9時～21時  
木曜：9時～22時  
土曜：9時～17時

# 枝光北だより

第733号  
令和7年6月1日発行  
北九州市立枝光北市民センター  
八幡東区枝光二丁目8-5  
電話・FAX 661-2437  
発行責任者 小野山 康彦



・ホームページアドレス <http://www.ktqc01.net/higa/ekcc/> ・メールアドレス [ek-cc@ktqc02.net](mailto:ek-cc@ktqc02.net)  
・Instagramを始めました。・ホームページ、Instagramは「枝光北市民センター」で検索

主催：枝光北まちづくり協議会 主管：体育・健康部会

## 枝北健康フェスティバル 2025年6月14日(土)

### ☆実施プログラム

【健康診断】9:30～12:00  
血管年齢・血圧測定・栄養相談・ベジチェック・  
減塩味噌汁試飲・物忘れ相談プログラム等  
【大学生企画のニュースポーツ】9:30～10:30  
風船遊び、ボール落とし、卓球パレー体験等  
【ロコモ予防講話と予防体操】10:40～11:40

### ☆イベント開催

【ふれあいコーナー】(射的・くじ引き) 10:30～11:30  
【バザー】(お弁当やお茶、ジュース) 11:30～13:00  
【スポーツゲーム】12:30から受付開始 13:00～15:30  
ゲーム内容：ディスコン・ニチレクボール・グランドゴルフ・  
ウォーキング  
(豪華賞品があります。大人の方の参加大歓迎)

### 【令和7年度健康診査のお知らせ】

日時：9月7日(日)  
受付9:00～10:30  
場所：枝光北市民センター  
予約開始：6月9日(月)  
9:00から  
☎ 0570-783-077  
093-953-6168  
本年度より予約受付開始が  
「検診実施日の3カ月前の同日」  
に変わりました。  
(但し同日が土日祝日の場合  
翌営業日となります)

### 自治区会役員

|         |                |
|---------|----------------|
| 区会長     | 芳賀 文明          |
| 副会長(総務) | 林 實            |
| 庶務      | 中村 砂雄          |
| 会計      | 森川 直子          |
| 会計監査    | 吉村 一太<br>黒野 俊行 |

### まちづくり協議会役員

|      |        |          |       |
|------|--------|----------|-------|
| 会長   | 宮田 和明  | 防災・防犯部会長 | 林 實   |
| 副会長  | 西山 幸四郎 | 環境・美化部会長 | 中村 砂雄 |
| 会計   | 岩野 章子  | 青少年育成部会長 | 樋口 泰則 |
| 事務局長 | 吉田 隆之  | 社会福祉部会長  | 黒田 洋子 |
| 会計監査 | 世利 徳啓  | 文化・研修部会長 | 宮田 和明 |
| 会計監査 | 山口 栄子  | 体育・健康部会長 | 白石 雅裕 |

### 《大人のおもしろ学・ジャザサイズ》

ヨガやピラティス、ボクササイズの  
要素を取り入れた 有酸素運動(ダンス  
カーディオ)、筋力トレーニングが組み  
込まれたオールインワンプログラム  
なので、バランス良く身体を引き締めます。  
ご参加お待ちしております。

日 時 6月12日(木)  
13:30～15:00  
場 所 枝光北市民センター  
講 師 藤田 はるみ氏  
八幡ジャザサイズセンター  
定 員 30名 保険代 50円

令和7年度の役員の皆様です。よろしくお願いします。

### 6月のスケジュール

|        |       |                                   |
|--------|-------|-----------------------------------|
| 5日(木)  | 10:00 | 健康料理                              |
|        | 19:00 | ふれあいネットワーク委員会<br>枝光八幡宮氏子役員会(社務所)  |
| 6日(金)  | 10:00 | 元気っこひろば(七夕飾り作り)                   |
| 7日(土)  | 10:00 | 民生児童委員会<br>自治区会役員会                |
|        | 9:00  | 集団検診予約受付開始                        |
| 12日(木) | 13:30 | 大人のおもしろ学(ジャザサイズ)                  |
| 13日(金) | 10:00 | 元気っこひろば(絵本の読み聞かせ)                 |
|        | 19:00 | 第2回自治区会評議委員会                      |
| 14日(土) | 9:30  | えだきた健康フェスティバル<br>枝北健康ウォーキング(親水公園) |
|        | 13:30 | 大人のおもしろ学(健口ストレッチ講座)               |
| 19日(木) | 10:00 | 元気っ子ひろば<br>(堂山保育所の先生と遊ぼう)         |
| 21日(土) | 10:00 | えだきたカルチャー(生前整理について)               |
| 26日(木) | 13:30 | 枝北けんこういちばん!! 熱中症について              |
| 27日(金) | 10:00 | 元気っこひろば(七夕飾り作り)                   |
|        | 11:30 | ふれあい昼食交流会                         |
|        | 19:00 | 枝光八幡宮氏子役員会(社務所)                   |

### 八幡東区男女共同参画地域フォーラム

日時 令和7年7月1日(火) 13:30～15:30  
会場 枝光南市民センター(八幡東区中央三丁目9-5)  
テーマ 協働・共助・共生のまちづくり  
～男女共同参画と防災の視点から～  
講師 入門 真生氏 NPO法人好きっちゃ北九州理事長  
主催 八幡東区女性団体連絡会議・北九州市  
共催 枝光一区まちづくり協議会  
枝光まちづくり協議会  
枝光北まちづくり協議会  
問合せ先 枝光南市民センター  
電話 093-682-0067

### “クリーン北九州”まち美化キャンペーンを実施します。

5月30日から6月30日まで「ごみのないきれいなまち北九州」を  
実現する為ご協力をお願いします。期間中は、市全域でポイ捨て防止  
等のモラル・マナーアップを呼び掛けています。

### 笑顔の定期便

#### 健康料理

日 時：6月5日(木) 10:00  
参 加 費：500円(予約不要です。)

お気軽にご参  
加ください。



#### 枝北健康ウォーキング

日 時：6月14日(土) 9:30受付 10:00出発  
内 容：親水公園(健康フェスティバル)  
持ってくるもの：飲み物・タオル・雨具



#### ふれあい昼食交流会

日 時：6月27日(金) 11:00受付 11:30開始  
参 加 費：500円 ※申し込みが必要です。



★飲酒運転 〇★飲んだら乗るな。乗るなら飲むな。★飲酒運転撲滅★戸締り用心・火の用心★家庭用住宅火災警報器設置は義務!