

(昭和39年4月1日第1号発行)  
 センター休館日 5月  
 日曜日・祝祭日  
 (3・4・5・6・10・17・24・31)  
 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745号  
 令和8年5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)  
 ○ホームページ、Instagramは「枝光北市民センター」で検索

## 武内市長の 市民センターおはなし会

4月14日(火)  
 武内市長が来館されて市民センターおはなし会が開催されました。北九州市の現状とこれからの取り組みや展望などを参加者への質問をまじえて、わかりやすく説明をしていただきました。  
 92名の方に参加をいただき、盛大な会となりました。



武内市長



北九州市民カレッジ

### 地域力アップセミナー

他者との関係づくりやファシリテーション、地域課題の見つめ方や協働のまちづくり等、地域づくりに活かせるスキルを学び、最終回は各グループで企画した事業の報告会を実施します。  
 楽しく学び合い、地域活動の担い手を目指していきましょう！

【会場】北九州市立生涯学習総合センター  
 小倉北区大門1-6-43 ☎571-2735  
 【日時】6月2日～8月4日(火) 10時～15時  
 【締切】5月12日(火) 【受講料】全10回 3,000円



※詳細は北九州市立生涯学習総合センターへ

## 令和8年度 生涯学習市民講座

「**実験で実感！災害に強い地盤づくり**」

気候変動による自然環境の防災知識を身につけましょう。

日時 7月4日(土) 10:00～11:30  
 講師 九州工業大学 准教授 川尻 峻三氏  
 参加費 無料  
 定員 30名 どなたでも参加いただけます。

受講生  
募集中

### 笑顔の定期便

健康料理

日時：5月7日(木) 10:00～ 参加費 500円



ふれあい昼食交流会

日時：5月22日(金) 受付 11:00～  
 参加費 500円 開始 11:30～



※申し込みが必要です。  
 インストラクターからストレッチを習います。

枝北けんこういちばん!!

日時：5月28日(木) 開始 13:30～  
 開講式・保健師講話



※持ってくるもの：飲み物・筆記用具

枝北健康ウォーキング グリーンパーク

日時：5月31日(日) パラフェアー鑑賞  
 集合場所：枝光駅 集合時間：8:40

集合場所が  
いつもと違  
います。



※持ってくるもの：飲み物・タオル・雨具・交通費

## 令和8年度 生涯学習市民講座<前期>

受講生  
募集中

### キラキラシニア

「**ZUMBA GOLD® (ズンバゴールド)**」  
 椅子に座ったまま出来る運動をします。

日時 5月13日(水) 13:30～14:30  
 講師 フィットネスインストラクター 井上 菜緒氏  
 定員 20名 保険代 50円



### 大人のおもしろ学

「**健口ストレッチ講座**」

お口や舌の動きを良くする体操や入歯との上手なつきあい方を学びます。

日時 5月14日(木) 13:30～15:00  
 講師 歯科衛生士 吉野 明美氏  
 定員 15名



「**骨の未来はあなたがつくる講座**」

自分の身体を支えている骨の重要性を学びます。

日時 6月4日(木) 13:30～15:00  
 講師 雪印メグミルク(株) セミナー担当者  
 定員 20名



### えだきたカルチャー

「**苔玉づくり**」

「涼」を感じる可愛い苔玉をつくります。

日時 6月30日(火) 10:00～12:00  
 講師 白野江植物園 植栽担当 梶山 真末氏  
 材料費 800円  
 定員 10名



## 【5月のスケジュール】

1日(金)	10:00	元気っこひろば(自由遊び)
	19:00	まちづくり協議会評議委員会
7日(木)	10:00	健康料理
8日(金)	10:00	元気っ子ひろば(自由遊び)
	10:00	健康育児相談(栄養相談)
9日(土)	10:00	民生児童委員会
13日(水)	13:30	キラキラシニア ZUMBA GOLD®
14日(木)	13:30	大人のおもしろ学 健口ストレッチ講座
15日(金)	10:00	元気っ子ひろば(自由遊び)
16日(土)	10:00	まちづくり協議会・総会
	10:00	元気っ子ひろば(自由遊び)
22日(金)	11:30	ふれあい昼食交流会
	20:00	第1回 夜間パトロール
28日(木)	13:30	枝北けんこういちばん!! 開校式・保健師講話
30日(土)	9:30	一人暮らし交歓会
31日(日)	8:40	枝北健康ウォーキング グリーンパーク

★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・火の用心く家庭用住宅火災警報器設置は義務!