



笑顔あふれる桜のまち、ふれあいのまち高見

たかみ

高見市民センターだより 2026. 4月

令和8年4月1日発行
北九州市立高見市民センター
八幡東区高見2丁目8番20号
TEL 651-2101
FAX 651-9508
発行責任者：児玉 素子
開館時間 平日 9:00~22:00
土曜日 9:00~17:00
休館日 日・祝日



E-Mail tm-cc@ktac02.net
HP <http://www.ktac01.net/higa/tmcc/>
←センターHPはこちらから

令和8年度 前期講座 はじまります

●大人のトータルビューティー実践講座～お肌・からだ・心を整える～ 受付は4月20日(月)9:00開始

実施日	時間	講座内容	講師名	参加費
5/18 (月)	10時 ～ 12時	「外見から美しくなろう！」美容のプロに生き生きとした表情をつくるためのコツを学びます。	POLAえすぺらんすビューティーディレクター 伊藤 美保氏	無料
5/25 (月)		「体の中から美しくなろう！」夏野菜を使った発酵料理教室をします。	発酵料理研究家入江 優子氏	材料費 1,200円
6/1 (月)		「環境を整えよう！」ハーブの寄せ植えを行い、自分でハーブティーを作って楽しめます。	白野江植物公園主任 梶山 真未氏	材料費 1,500円

●よかよか塾 受付は5月18日(月)9:00開始

実施日	時間	講座内容	講師名	参加費
6/17 (水)	10時 ～ 11時 30分	「骨・カルシウムのお話」骨の健康に欠かせない栄養素であるカルシウムについて学びます。	雪印メグミルク(株)専任講師	無料
6/24 (水)		「やってみよう!「きたきゅう体操」」北九州市オリジナル介護予防体操の実演紹介と実際に体験してみます。	北九州市認知症支援・介護予防センター 専任講師	無料
7/1 (水)		「シャボン玉石けんのお話」石けんと合成洗剤の違い等をクイズや実演を交えて楽しく学びます。	シャボン玉石けん株式会社 専任講師	無料
7/15 (水)		「腎臓のお話」腎臓病専門の先生に腎臓病についての講話と改善方法などを教えていただきます。	小倉記念病院腎臓内科部長 原田 健司氏	無料

親子にここにこタイム
ママヨガでリラックス

日時：4月23日(木) 11:00~12:00
場所：高見市民センター
参加費：無料

※未就園児対象のイベントです。
※定員になり次第締め切ります。
※事前にご予約をお願いいたします。
お申込みは高見市民センターまで。
☎ 093-651-2101

ご入学・ご入園
おめでとうございます

高見中学校・高見小学校
北九州視覚特別支援学校
高見幼稚園
八幡カトリック幼稚園
高見の森保育園

元気で
ハツラツ健康アップ教室

日時：4月8日(水) 10:00~11:30
場所：高見市民センター

今月は開級式をします。申込書の記入と脳トレ等を行います。(1年間の年会費(保険料等)500円を申し受けます。)続けて参加の方も新しく参加希望の方も大歓迎。当日、センター多目的ホールに動きやすい服装でお越しください。

高見健康づくり推進員の会

ふれあい昼食交流会

日時：4月17日(金) 11:30~
会場：高見市民センター

今月は清水さんによる
ハーモニカ演奏です。
ヘルスマイト高見

たかみん
ウォーキング

日時：4月4日(土)
10:00 出発
集合：高見市民センター

高見のたくさんの種類の桜を
教えてもらいながら歩きましょう。
高見健康づくり推進員の会

【4月の行事予定】

- 1日 (水) 健康料理教室
- 2日 (木) フリースペース(おはなし会)
- 4日 (土) たかみんウォーキング
- 8日 (水) 元気でハツラツ健康アップ教室
- 9日 (木) 健康育児相談
- 9日 (木) パトラン or パトウォーク
- 16日 (木) フリースペース(読み聞かせ)
- 17日 (金) ふれあい昼食交流会
- 23日 (木) 親子にここにこタイム
(ママヨガでリラックス)
- 30日 (木) フリースペース(おはなし会)

夜間パトロール

次回の夜間パトロールは、6月の出発式となります。

高見まちづくり協議会
安全安心まちづくり部会

みんな、あつまれ!笑顔はじける!
子どもまつり

第77回
八幡東区
子どもまつり

日時 令和8年4月26日(日) 10時~14時
会場 八幡中央区商店街・レインボー広場(八幡東区中央二丁目)

お問い合わせ 八幡東区役所コミュニティ支援課生涯学習係
電話(093)671-3082 FAX(093)681-6013