



センターだより第 275 号
令和 7 年 5 月 1 日

あしはら

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 山田 美恵



facebook

着任のご挨拶

新緑がまぶしい季節になってまいりました。地域の皆さまにおかれましては、ますますご清栄のこととお喜び申し上げます。4 月より足原市民センターの館長に着任しました山田美恵です。市民センターは、地域に暮らす方々が集い、学び、ふれあう場として大切な役割を担っております。

足原市民センターが今後も「人と人をつなぐ場」としての役割が果たせるよう、一生懸命頑張ります。私のモットーは「どんな時も笑顔」「人に寄り添う」です。地域の皆さまに元気を発信していけるセンターでありたいと思いますので、今後ともご支援、ご協力をお願いして、着任の挨拶とさせていただきます。

令和 7 年 4 月

足原市民センター 館長 山田 美恵



生涯学習市民講座 午前 10 時のサロンあしはら

日常生活をスムーズにする 身体の使い方（下肢編）

日 時：5 月 22 日（木）10 時～12 時
講 師：みやび内科・眼科クリニック
法人本部 本部長 渡橋 優 氏
開催場所：足原市民センター 1 階 多目的ホール
お 茶 代：100 円
申し込み：受付中（来館または電話にて受付）



生き生き子ども講座！

小文字山にのぼるよ

山のぼり



両手があくリュック等に
荷物を入れてきてね！

日 に ち：5 月 17 日（土）※雨天中止（LINE または HP にてお知らせ）
募集人数：50 名（定員になり次第締め切り）
※1・2 年生は、保護者同伴での参加をお願いします
参 加 費：50 円（保険代含む）※保護者の保険はありません
集合場所：足原市民センター
時 間：9 時から受付 9 時 15 分～13 時予定
持 ち 物：リュック・水筒・タオル・軍手
おにぎり（1～2 個程度）・シート
服 装：長ズボン・長そでシャツ・帽子・運動靴
申 込 み：来館または、電話にて受け付け中です

健康料理教室

日 時：5 月 14 日（水）9 時 45 分～
場 所：足原市民センター 1 階 調理室
会 費：500 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：5 月 21 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：500 円
※欠席の方は、前の週の土曜日までに足原市民センターまでご連絡ください。



《家庭教育講座》

簡単 おやつクッキング講座 ～2 種のパンと黒糖まんじゅう他～

日 時：5 月 23 日（金）
10 時 30 分～13 時 30 分
講 師：西部ガス株式会社 齊藤 葵 氏
場 所：足原市民センター 1 階 調理室
参加費：500 円（持ち物：エプロン・三角巾・ふきん
マスク・飲み物）
定 員：16 名（定員になり次第締切）
申込み：受付中（来館または電話にて受付）

★メニュー★抹茶の豆大福パン・チーズノア
黒糖まんじゅう・季節のスープ
※アレルギー対応はしておりません。ご了承ください



生涯学習市民講座 ☺スマイル講座☺

「気楽に美文字を学ぼう」

レクリエーション感覚で、自分の住所や名前をきれいに
書けるよう練習します。お気軽にご参加ください。

日 時：6 月 19 日（木）10 時～12 時
場 所：足原市民センター 2 階 会議室 1
講 師：書家 日展会友 樹蔭黒原書道教室主宰
大塚 婉嬢（順子）氏
持参物：書きやすいボールペン（0.5～0.7 mm）
参加費：無料
申込み：5 月 7 日（水）9 時～
来館または電話にて受付します。
※詳しくは足原市民センターにお問い合わせください



5 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
7	水	子育て相談・フリースペースあしはらさくらひろば
10	土	あしはらピッコロ（こども食堂 昼食）
13	火	フリースペースあしはらさくらひろば
14	水	健康料理教室
15	木	生活安全パトロール
17	土	生き生き子ども講座「山のぼり」
18	日	まち美化（くろずみ清張公園）
20	火	ご近所さんとお茶を飲む会「足原カフェ」
21	水	ふれあい昼食交流会
22	木	午前 10 時のサロンあしはら
23	金	家庭教育講座
24	土	体力測定・足原福祉会
27	火	あしはらピッコロ（こども食堂 朝食）

☆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 3・4・5・6・11・18・25 日