寿山

夢を語り合うまち寿山

北九州市立
寿山市民センター
小倉北区大畠３丁目10−2
ＴＥＬ　０９３-５３１-１２２６
ＦＡＸ　０９３-５３１-１２２７
http://www.ktqc01.net/kita/jssf/

開館時間　平日　９：００～２２：００
　　土曜　９：００～１７：００
休　館　日　日・祝日・年末年始
発行責任者　丸山 浩二

じゅっしー

私たちの約束事　寿山市民センターは、人を大切にする優しい心を育てます。

５月　講座のお知らせ

寿山 DE わくどき講座

「ひまわりタイチー＆健康体操」

２回コース

5月 23日(金)・30日(金)

10:00～12：00

北九州市オリジナルの 12 の型からなる太極拳です。年齢や体力にかかわらず誰もが簡単に参加することができます。

場所：寿山市民センター　＜多目的ホール＞
講師：日本スポーツ協会公認スポーツ指導員
　　杉岡　民代　氏
定員：　１５名
（定員になり次第締切らせていただきます）
持ってくるもの：室内シューズ・タオル・水筒

６月　講座のお知らせ

寿山まなび塾

『尿もれ予防』

６月３日（火）

10:00～11：00

講師：九州栄養福祉大学
リハビリテーション学部　理学療法学部

尿もれの原因と対処法について学びます

5月 行事予定

※状況に応じて中止・延期になる場合がありますのでご了承下さい。

1	木		健康料理
3	土	憲法記念日	休館日
4	日	みどりの日	休館日
5	月	こどもの日	休館日
6	火	振替休日	休館日
7	水	受付９：30～	健康づくり事業歩きｉｎｇ
8	木		市政だより配布
13	火	11:00～	ふれあい昼食交流会
14	水	10:00～	元気でハツラツ健康アップ教室
16	金	19:00～	夜間パトロール（集合:寿山公民館）
17	土	受付 9:00～12:00	包丁研ぎ
		集合９：00	グラウンドゴルフ
23	金	10:00～12:00	講座「ひまわりタイチー①」
27	火	10:00～11:30	フリースペース・子育て相談
			市政だより配布
28	水	受付９：30～	健康づくり事業歩きｉｎｇ
30	金	10:00～12:00	講座「ひまわりタイチー②」

年に１回は受けましょう！

特定健診・がん検診

事前予約開始日
４月１日～

日時：**６月５日（木）13：30～15：00**
【結果返しは、**６月 19 日(木)** です】
場所：**寿山市民センター** ＊感染症対策にご協力をお願いします＊

電話での予約（集団検診予約センター）
電話番号：０５７０－７８３－０７７
　　０９３－９５３－６１６８
受付時間：　午前９時～午後５時（土･日･祝日を除く）
※混雑時はつながりにくい場合があります。※通話料がかかります。

インターネットでの予約
北九州市　集団検診　で検索

【特定健診・各種検診のお問合せ】
小倉北区役所　保健福祉課　地域保健係
℡　０９３-５８２-３４４０