

## ふれあい昼食交流会



5月13日(火) 11:00~12:00

場 所：寿山市民センター (多目的ホール)  
対象町内：足立本町・足立新町・山門東・山門西  
会場担当：山門東・山門西  
プログラム：『オレオレ詐欺等についての講座』  
講師 小倉北警察署  
〈お問合せ先〉  
寿山市民センター ☎ 093-531-1226

## 元気でハツラツ健康アツフ教室

5月14日(水) 10:00~

「総合農事センターまでウォーキング」  
寿山市民センター10時出発  
※ 昼食は各自ご持参ください。(小雨決行)



〈お問合せ先〉  
寿山市民センター ☎ 093-531-1226

## 健康づくり事業 歩きing

毎月、第1・第4水曜日に「ウォーキング」をしています。季節の移り変わりを楽しみながら一緒に歩いてみませんか？ お気軽にご参加ください♪



※悪天候等の理由により、  
中止や内容を変更する場合がございます。

北九州市民カレッジ

## 地域力アップセミナー

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。楽しく学びあい、地域活動の担い手を目指していきましょう！

〈主な講座内容・講師〉

北九州の社会教育の変遷	恒吉 紀寿
対話づくりの場のコツ	加留部 貴行
多様性を活かす地域づくり	園元 恭子
「伝える」と「伝わる」は違う！	嶋田 良二
地域活動の現状を見つめ、協働のまちづくりへ	入門 真生
みんなの企画相談室／企画を伝える～ポスターセッション	大久保 大助

【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)

【実施期間】6月3日(火)～8月5日(火) 10時～15時

【申込締切】5月13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  
☎093-571-2735



## フリースペース

5月27日(火) 10:00~11:30

今月のフリースペースは  
『ミニ運動会』を開催します。  
お気軽にご参加ください。



※これまで毎月、小倉北区主催の保健師さんによる子育て相談や身体測定がりましたが令和7年度からは、偶数月のみの開催となりましたので5月はありません。

《連絡先》小倉北区役所保健福祉課地域保健係  
☎ 093-582-3440 (平日 8:30~17:00)



## 新しいクラブが出来ました！

## 寿山トランポリンクラブ

毎週月曜日 13時30分～15時30分

★健康づくりのため、ケア・トランポリンをきっかけに運動習慣をつけませんか？  
手すりつき、1人用なので安全にできます。



5月14日(水)に、  
冷暖房の切り替えをします。



## 古紙回収のお知らせ



毎週火曜日	山門西・山門東・大島1・大島2 大島3・藤ヶ丘・神岳 足立本町・足立新町
第3水曜日	大城
第2,4水曜日	菊ヶ丘

寿山市民センターの回収時間 9時～17時

※新聞紙・ダンボール・雑紙は、種類別に紐でくるか紙袋に入れてお出してください。  
寿山市民センターでは、古着の回収はしておりませんのでご注意ください。