

地域で GoGo！健康づくり事業

ラジオ体操頑張りました。！！

夏休み期間中7月22（火）～8月23日（土）に市民センターの多目的ホールで小学生約60名とボランティアの中学生や地域の大人が、一緒にラジオ体操を行いました。

今年は一段と暑い夏になりましたが、元気いっぱい体を動かした後は、中学生のお兄さんお姉さんから出席カードにスタンプを押してもらいました。

笑顔で言葉を交わす姿はとても微笑ましく、子どもから大人まで心も身体も元気になる取り組みとなりました。



資源回収にご協力をお願いします

●新聞・雑誌・段ボール類

外の専用庫に入れて下さい。
段ボールはつぶして縛って下さい。



●小物金属

なべ、やかん、フライパン、スプーンなど
外の専用庫へ



（包丁、カッター、アイスピック等は新聞紙に包んで家庭ごみへ）

●古着

家庭で不用になった古着全般（汚れがひどいものを除く）
フェンス内の緑色の袋に入れてください。

●廃油（植物性の食用油のみ）

フェンス内の専用庫へ

集められた食用油は、「バイオマス燃料」
としてリサイクルされています。



回収時間は、開館日の9:00～16:30

●食品トレイ類

肉・魚などの食品トレイ、菓子・カレールー
等の仕切りトレイ



●牛乳などの飲料用の紙パック（内側が白いものに限る）

紙パックは、家庭ごみとして捨てずに、出し方
を守って回収ボックスへご持参ください



回収時間は、開館日の9:00～20:30 1階 EV 前の回収 BOX

●小型電子機器

携帯電話、デジタルカメラ、充電器、
リモコン、電子手帳



●電池・インクカートリッジ

ボタン電池、充電式電池



回収時間は、開館日の9:00～20:30 3階和室前の回収 BOX

小倉北区 食生活改善推進員養成教室のお知らせ

食生活改善 ボランティア 募集！

食生活改善推進員（通称ヘルスマイト）とは、地域のみなさんの食を通じた健康づくりをすすめるボランティアです。



- ◆対象 食生活改善のボランティア活動ができる方
- ◆日程 【全6回】月1回 9:30～13:00
第2回(11/20)は9時30分～15時30分
令和7年 10/24, 11/20, 12/22
令和8年 1/23, 2/27, 3/6
※全6回コースの教室のうち、半日を1単位として(第2回は2単位)6単位以上の受講で修了となります
- ◆会場 小倉北区役所(小倉北区大手町1-1)
東棟3階 指導室2 ほか
- ◆内容 栄養の基礎知識などに関する講話・調理実習等
- ◆募集 先着20名
- ◆申込み方法 お電話でお申込み下さい。
- ◆申込み・問合せ先
小倉北区役所保健福祉課 担当:栄養士 TEL582-3440



市民センター館長と一緒に地域づくりをしてくれる人を募集しています！ （民間経験を重視した特別枠も募集中！）

定 員：【一般枠】15名程度【民間経験枠】若干名

対 象：①パソコンの基本操作ができる人

②常時勤務できる人

③民間企業等において、直近10年中に
5年以上の勤務経験を有する人

※③は『民間経験枠』のみ

申し込み：9月24日（水）まで（必着）

詳細は総務市民局地域振興課 電話 582-2111 へ。

＼どんな知識や経験も生かせる仕事です！／



北九州市民カレッジ

引き出そう！あなたのチカラ

～“好き”でつながる次の一歩～



自分の“好き”なことをどのように活かし、展開していくのかをアドバイザーの先生のお話しや実際に取り組んでいる方々の事例から学び、次の一歩を踏み出すことを応援します。

【会 場】八幡西生涯学習総合センター

（八幡西区黒崎3丁目15-3）

【日 時】10月22日～11月19日

（毎週水曜日:全5回）

18時30分～20時30分

【申 込】9月5日～10月1日

【受講料】2,000円

※詳細は八幡西生涯学習総合センター ☎641-9360

(9/5 から受付開始)

