

ふれあい 沼 だより



発行 沼校区まちづくり協議会 / 市立沼市民センター
 ホームページアドレス <http://www.ktgc01.net/mina/nucc/index.html>
 小倉南区沼緑町4丁目28-1 TEL (093) 473-2021
 発行責任者：沼市民センター館長 伊藤 均美

3月の休館日

- 1日(日) 8日(日)
- 15日(日) 20日(祝)
- 22日(日) 29日(日)

祝 ご卒園、ご卒業 おめでとうございます。

- 北九州市立沼中学校 令和8年3月12日(木)
- お宮の里幼稚園 令和8年3月13日(金)
- あけぼの愛育保育園 令和8年3月14日(土)
- 北九州市立沼小学校 令和8年3月18日(水)
- あけぼの保育園 令和8年3月21日(土)

お知らせ

ひまわり文庫へどうぞ



沼市民センターでは、皆様に自由に本を読んで頂くために、図書コーナーがあります。小説、図鑑、絵本、文庫本などを置いています。2月6日に本の入れ替えがありましたので、是非ご利用ください。

「沼校区ドッチビー教室 2026」

主催：沼校区まちづくり協議会

- 日 時 3月8日(日) 9:30~12:00
- 場 所 沼小学校 体育館
- 対 象 者 沼校区にお住まいの小学生~大人
- 参 加 費 無料
- 持ってくる物 動きやすい服装・水筒・上靴・タオル
- 締 切 3月4日(水)
- お 申 込 み 配布されるプリントの QR コード、市民センターにてお申込みください



沼市民センター1月のアルバム

世代をつなぐ食文化体験プロジェクト「創作巻き寿司を作ろう」



- 日時 1月28日(水)
- 時間 10:00~13:00
- 講師 料理研究家 上田 真知子 様
- 人数 18名



太巻き、キンパ、梅の花の飾り巻き寿司の三種類を作りました。卵をメインにした太巻きでは、参加者の皆様が上手に卵焼きをつくり、立派な太巻きが完成しました。

飾り巻き寿司では、細巻きを六本組み合わせ梅の花を作り、キンパは講師の上田先生お手製のキムチでq作りました。節分前の開催で、家庭でも作ってみたいという声も聞かれました。最後は味噌汁と干し柿をいただきながら、和やかに交流を深めることが出来ました。

ふれあいサロン

沼校区社会福祉協議会
ふれあいネットワーク事業

- ☆日 時 3月13日(金)
- ☆時 間 10:00~12:00
- ☆参加費 無料
- ☆場 所 沼市民センター
多目的ホール・会議室3
- ☆内 容 軽い体操・ゲーム・カラオケ

一人暮らし、ご家族でお住まいの方(70歳以上)で、沼市民センターまでご自身で来られる方が対象です。



「沼校区ママと赤ちゃんのための保健相談」



事前予約不要

- 日 時 3月19日(木) 10:15~11:30
- 場 所 沼市民センター
多目的ホールまたは和室1
- 内 容 妊産婦の健康相談、乳幼児の身長・体重測定と育児相談
- 持ち物 ・母子手帳
・バスタオル(身体測定で使用します)

空き家課題 小倉南区 ワークショップ

「おうちを空き家にしない」ためのイロハを学びましょう

開催日
3.12 (木)
13:00~15:00

開催場所
両谷市民センター
093(451)1138

・詳細はこちらのQRコードから。
・申込みは会場にて直接お願いします。

主催：小倉南区役所 総務企画課
093-280-7839 (9:00~17:00)



消防訓練

1月30日(金) 11:00~開催しました
参加者 28名

クラブ登録説明会の後にクラブ代表者とセンタースタッフを含め総勢28名で消防訓練を行いました。センター内にて実際の火災を想定し通報から初期消火、避難、情報伝達、避難人員確認をし、水消火器を使用し消火訓練も行いました。今回の消防訓練をクラブ代表者からクラブ生に周知していただくようお願いしました。



31	30	29	28	27	26	25	24	23	22	21	20	19	18	17	16	15	14	13	12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1	3月の行事予定
火	月	日	土	金	木	水	火	月	日	土	金	木	水	火	月	日	土	金	木	水	火	月	日	土	金	木	水	火	月	日	
		休館日		「ココリススペース」の集い			ふれあい健康ウォーキング 15時~		休館日		休館日	・ママと赤ちゃんのための保健相談	集団検診(結果返し)			休館日		・「ココリススペース」の集い			ふれあい健康ウォーキング 10時~		休館日				集団検診(事前申込みの方)			休館日	