

北九州市立上津役市民センター
〒807-0071
八幡西区上の原2丁目2-16
TEL & FAX (093) 612-3568
発行責任者 金子 由起
開館時間 月～金 9:00～21:00
土 9:00～17:00

こうじゃく

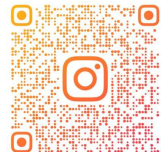
上津役市民センターだより 令和7年9月1日号



ホームページ



公式LINE



公式Instagram

令和7年度 上津役まつり開催！

【日時】11月15日(土)・16日(日)

詳細は、チラシでお知らせいたします。

- ◆上津役まつり実行委員会 9月5日(金)19時
- ◆クラブ連絡協議会代表者会議 9月12日(金)13時

子育て支援情報♪予約不要♪参加無料



妊産婦・乳幼児 なんでも相談

【日時】9月3日(水) 10:00～11:30

※母子手帳をお持ちください。



上津役子育て広場 おひさまくらぶ

【日時】9月3日(水) 10:30～12:00

「ねん土 あそび」

【日時】9月17日(水) 10:30～12:00

「自由あそび」



ふたご・みつこ
子育て交流会

上津役さくらんぼ

【日時】9月1日(月) 10:00～12:00

「保健師さん/計測・自由相談」

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)

上津役ウェルクラブ活動・上津役キッズクラブ・健康満歩会サマー企画合同

「大人も子供も集まれ!スポーツでつながる地域の輪」 ボルクバレット北九州の選手の皆さんとボールゲーム!

【日時】9月13日(土) 9:45集合 10:00～12:00

【場所】上津役市民センター 講堂

保険代50円、上靴、水筒、汗ふきタオルを忘れないように!

※大人の方は市民センターにお申し込みください。



生涯学習
市民講座
※年間登録制

笑って和んで健やか塾

【日時】9月16日(火) 10:00～12:00

～上津役校区の社会福祉について～

講師 上津役校区社会福祉協議会会長 久保田 雅晴 氏



生涯学習
市民講座

アクティブライフ

【日時】9月18日(木) 10:00～11:30

体験講座 ～ドローンとの未来を考える～

講師 無人機研究開発機構 丹 康弘 氏

※参加申し込みは、上津役市民センターまで



市民センター館長として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『民間経験枠』のみ
- ◆申込 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!

令和7年度キタゲキローカルアーティスト協働プログラム

「読むだけ!俳優ワークショップ」

【参加費】
1,000円(保険料含)

【応募方法】
QRコードから



- ◆講師 劇作家・演出・俳優 山口 大器 (やまぐち ひろき)
- ◆日時 令和7年9月22日(月) 18:00～20:00
- ◆場所 上津役市民センター 第1和室
- ◆対象 中学生以上(演劇経験不問) ◆定員 10名程度
- ◆問合先 J:COM北九州劇場「キタゲキ-ローカルアーティスト協働プログラム」係
担当:森下・可知 Tel 093-562-2620

センターカレンダー

- 1日(月) さくらんぼ
- 3日(水) 妊産婦・乳幼児なんでも相談
おひさまくらぶ
- 5日(金) まち協 上津役まつり実行委員会
- 8日(月) 花のボランティア
- 12日(金) 健康料理教室
クラブ連絡協議会代表者会議
- 13日(土) ウェルクラブ&キッズクラブ
- 16日(火) 笑って和んで健やか塾
まち協役員定例会
- 17日(水) おひさまくらぶ
- 18日(木) アクティブライフ
- 19日(金) ふれあい昼食交流会
- 20日(土) チームオレンジ・オレンジカフェ
- 22日(月) いどばたスマホ
- 29日(月) センター館内ワックス清掃

休館日 7日(日)、14日(日)、15日(月)
21日(日)、23日(日)、28日(日)

ヘルスマイト 大募集!

八幡西区 食生活改善推進員養成教室 受講者募集!

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ていただくボランティアです。

- ◆対象 食生活改善のボランティア活動ができる方
※教室修了後、食生活改善推進員協議会への入会及び年会費が必要
- ◆日時 令和7年10月20日～令和8年3月9日(月1回、全6回)概ね 9:30～13:00
- ◆会場 八幡西区役所 3階 栄養指導室(八幡西区黒崎3-15-3)
※2回目のみ北九州市立生涯学習総合センター 9:30～15:30
- ◆内容 健康づくりや食生活に関する講話、調理実習等
- ◆募集 先着20名程度(年齢不問)
- ◆申込 八幡西区役所保健福祉課 担当:管理栄養士 Tel 093-642-1444
9月5日(金)からお電話でお申込み下さい



上津役ウェルクラフ活動

7月26日(土)、ゲームマスター材木野亜氏の指導の下「ナーフ体験」をしました。チームに分かれて、いざ、実戦！対戦と作戦会議を重ねる度にチームワークが高まり、みんなで協力し合うことの大切さを学びました。上津役校区社会福祉協議会の会長からは、「ふくし」についてのお話をいただき、最後は、上津役ボランティアの会の手作りカレーを皆で美味しくいただきました。



生涯学習市民講座

上津役さくらんぼ



8月4日(月)、growthの尾上氏を講師にお迎えして、消防士さんの救急救命講座を開催しました。ふたごちゃん親子と、子育てサポーターさんのみなで、「もしものとき」に備えた子どもの救命の仕方を確認しました。また、最後は子育てのあれこれ話で、ゆっくり充実した時間となりました。



上津役子育て広場

おひさまくらぶ

8月6日(水)、プール遊びをしました。心配されていた雨も降らず、絶好のプール日和！みんなで時間いっぱい楽しみました。



8月20日(水)は、「おひさまこどもまつり」に、たくさんのお友だちが来てくれました。当日は、お手伝いに高校生ボランティアのお兄さん達や、上津役ボランティアの会の皆さまが来てくださり、おかげで射的やすいか割りなど、にぎやかで楽しい夏まつりとなりました。すいかもとってもおいしかったです。



生涯学習市民講座

上津役キッズクラブ

8月22日(金)、八幡西子ども会会長 尾石成人氏を講師にお迎えして、フィンランド発祥のニュースポーツ『モルック』を体験しました。モルックをスキットル(木の的)に当てて点数を競うゲームで、チームの仲間同士が力を合わせて戦いました。最後は、決勝戦で応援も白熱して大盛り上がりの楽しい時間となりました。



★夏休み特別企画★ 上津役チャレンジ隊

◎チャレンジ隊第一弾 7月28日(月) SNSで話題の灯ろう作りに挑戦しました。膨らませた風船に、ボンド水をくぐらせた風糸をぐるぐる巻くのは、とても大変でしたが、お話ししながらみんなで楽しく作業ができました。数日後、風船を取り出し、紐をつけ、ランプを入れて完成です！自分だけの素敵な灯ろうができました！！



◎チャレンジ隊の第二弾 8月9日(土) 上津役中学校演劇部による朗読劇「夏服の少女達」の鑑賞会を行いました。昭和20年、原爆を落とされた広島を舞台に、当時の日記から作られた14歳の少女達の物語を中学生が演じました。最後は、戦争のない平和な世界になることを祈りながら鶴を折り、みんなで一つの作品を作り上げました。ロビーに掲示していますので、ぜひご覧ください。



健康満歩会サマー企画

フレイル予防講座

8月21日(木)、満歩会サマー企画の第2弾としてシナプソロジー 尾中美穂氏をお招きし、フレイル予防講座を開催しました。グー、チョキ、パーで身体と頭を動かしたり、紙コップとゴルフボールを使ったテーブルゲームに夢中になったり。フレイルにならないためには運動と頭を働かすこと、そして、笑うことが大切であることを楽しく学びました。



家庭教育講座

かえるの学校



8月23日(土)、管理栄養士の福山氏、食生活改善推進員の村田氏、岡崎氏を講師にお迎えして、夏休み親子クッキングで夏カレーを作りました。野菜を茹でたり、刻んだり。3品作るのは大変でしたが、デザートまで美味しくできてみんな大満足。自分で作ると苦手な野菜も食べられました！！



合同生活安全パトロール

8月1日(金)合同夜間生活安全パトロール(上津役まちづくり協議会)、7月25日、8月8日、8月22日(金)夜間非行防止パトロール(上津役校区青少年育成会)を実施しました。暑い中、皆さまお疲れ様でした。

