

北九州市立上津役市民センター

八幡西区上原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

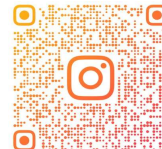
上津役市民センターだより 令和8年2月1日号



ホームページ



公式LINE



公式Instagram

生涯学習
市民講座

笑って和んで健やか塾

【日 時】2月17(火) 10:00～12:00

「閉講式&歴史講座～影の仁将・豊臣秀長を学ぶ～」

【講師】元・自由が丘高等学校教諭 三浦 明彦氏



生涯学習
市民講座

アクティブライフ

【日 時】2月18日(水) 11:45～15:00

館外学習「ひびしんホール・ワンコインコンサート鑑賞」

※11:45センターに集合後、バスで移動

※入場料¥500/人

【日 時】2月26日(木) 10:00～12:00

サロン活動「デコパージュランタンカフェ」

～手作りのランタンを囲んで、お茶を飲みながら

今年を振り返ろう～

※材料費¥500/人(作品はお持ち帰りいただけます)

健康づくり事業

上津役健康満歩会

健康講座

『健康寿命を延ばすフレイル予防講座』

【日 時】2月19日(木) 10時～12時

【講師】尾中 美穂氏



特定健診
結果返し

【日 時】2月5日(木) 13:30～15:00

【会場】上津役市民センター1F 第一集会室

※1月22日実施の定期健診を受診された方

【問い合わせ先】八幡西区役所 保健福祉課
健康相談コーナー (093) 642-1444(直)



2月センターカレンダー

2日(月) 上津役さくらんぼ

4日(水) 妊産婦・乳幼児 なんでも相談

4日(水) おひさまくらぶ

5日(木) 特定健診・結果返し

7日(土) 上津役ウェルクラブ

13日(金) さわやか健康料理教室

13日(金) クラブ登録説明会

17日(火) まち協・役員定例会

17日(火) 笑って和んで健やか塾

18日(水) おひさまくらぶ

18日(水) アクティブライフ(館外学習)

19日(木) 健康満歩会

20日(金) ふれあい昼食交流会

21日(土) 上津役キッズクラブ

26日(木) アクティブライフ(サロン活動)

27日(金) 市民防災会研修会・避難訓練

28日(土) チームオレンジ・オレンジカフェ

休館日 1日(日)・8日(日)・11日(水・祝)・15日(日)

・22日(日)・23日(月・祝)



令和7年度クラブ登録説明会・人権講座・避難訓練



【日時】2月13日(金) 13時～15時

【場所】上津役市民センター1F・講堂

～人権市民講座～

「いくつになってもチャレンジできる」

【講師】義足の講演家 櫻 たかこ氏

～最後に避難訓練を行います～



センタークラブとして令和8年度も登録を継続されるクラブは、代表の方が必ずこの説明会へご出席ください。代表が代わる場合は、事前にしっかりと新旧の引継ぎをされた上でご出席願います。

詳細については昨年末配布(1Fリターボックス内)の案内書をご確認ください。尚、新規でクラブ登録をご希望の方は事務室へ事前にご相談ください。

生涯学習市民講座
(年間登録制)

上津役キッズクラブ

「閉講式&ドッチビー」

【日時】2月21日(土) 10:00～12:00

【会場】上津役市民センター 講堂

※詳しくは、学校で配布するお手紙をごらんください。



※年間登録制

上津役ウェルクラブ活動

「福祉マークビンゴ&今年のふりかえりと閉講式」

【日時】2月7日(土) 10:00～12:00

【講師】福祉マークビンゴ 増田 卓留氏

ふりかえりと閉講式 久保田 雅晴氏

※申込は上津役市民センターへ(612-3568)

市民防災会研修会のご案内

【日時】2月27日(金) 10:00～12:00

【場所】上津役市民センター1F・講堂

「防犯防災講座」

【講師】ALSOK 御手洗 宏平氏

「災害時にも役に立つパッキング＆試食」

【講師】Y.K & A.T

地域の皆さまどなたでもご参加いただけます



多世代が参加・交流できる自治会活動支援事業
上津役まちづくり協議会主催



上津役ポイント活動



～抽選で当たる! もらってうれしい景品～

対象のポイント活動に参加された方は、景品交換をしていただけます。ご不明な点は、市民センターにお問い合わせください。TEL 612-3568

☆食器洗いスポンジ ☆食器洗い洗剤 ☆キッチンペーパー

☆洗って使えるペーパータオル ☆ティッシュペーパー5個組

☆トイレトペーパー12ロール ☆米2キロ



「豆まき」

【日時】2月2日(月)10:00～12:00



妊産婦・乳幼児なんでも相談

【日時】2月4日(水) 9:45～11:45

※母子手帳をご持参ください



上津役子育て広場

おひさまくらぶ



「豆まきをしよう」

【日時】2月 4日(水)10:30～12:00

「ゆっくり茶話会」

【日時】2月 18日(水)10:30～12:00



上津役健康満歩会

三杜詣りウォーキング

身体が温くなりました。
美味しかった！

1月8日(木)、参加者11名で市民センターを出発しました。今年は鷹見神社から熊野神社、最後は涼天満宮を回り、新年が良い年になるように願掛けを行いました。少し肌寒い日でしたが、しょうが湯をいただき、皆さん元気に完歩しました。

地域情報

<どんど焼き>
1/12(月・祝)

どんど焼きの大きな火柱が一気に立ち上り、無病息災や五穀豊穡を願いました。市瀬ではぜんざいや焼芋、焼きマシュマロが、足水では豚汁や焼きもち、かっぱ酒などがふるまわれ、沢山の地域の方でにぎわいました。



◎市瀬自治区会



◎足水自治区会

八幡西市民センター対抗 ♪うたまつり♪

シャンソンコーラス大健闘！



1月11日(日)、黒崎ひびしんホールで『八幡西市民センター対抗 うたまつり』が開催されました。上津役市民センター代表で、当センターのクラブ、シャンソンコーラスの皆さんが赤いドレスで素敵な歌を披露され、【ベストドレッサー賞】を獲得しました。

上津役子育て広場

おひさまくらぶ

1月21日(水)、お隣の緑ヶ丘幼稚園にあそびにいきました。寒さの中、7名のお友だちが元気に参加してくれました。年少組のおにいちゃん、おねえちゃんと楽しくあそびました。

ご自宅に新聞やチラシ、
雑誌がたまっていますか？

センターでは以下の資源を回収しています。

新聞紙・雑誌・段ボール：別々にひもでくくる

雑紙：ビニール袋や紙袋に入れて口を結ぶ



新聞



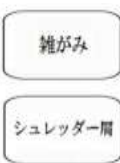
段ボール



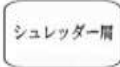
雑誌



OA紙



雑がみ



シュレッダー屑

古着回収にご協力ください♪

<回収できる古着>

○家庭で不用になった古着全般(汚れがひどいものを除く)

○洗濯をしたものをお持ちください

例) スーツ・ポロシャツ・シャツ・Tシャツ・デニム・スカーフ
ハンカチ(タオル地のハンカチは除く)

<回収できない古着>

×汚れのひどいもの

×古着以外のもの

くつ・ベルト・カバン・カーペット類・おむつ・毛布
布団・まくら・シーツ・ぬいぐるみ・ハンガー 等

×リサイクルできない素材のもの

皮革(レザー)類・着物・帯・ジャージ・毛糸製品類
(セーター、マフラー等)・雨衣類(ナイロン、ビニール等)
タオル類・ダウン・中綿のコート類 等