

沢見市民センター
クラブ紹介

令和7年度 24クラブ(202名)が活動中！

あなたも一緒に沢見市民センタークラブで活動してみませんか。まずは、見学からどうぞ。

曜日	内 容	ク ラ ブ 名	開催週	時 間
月	日本舞踊	和扇会	毎週	10:00 ~ 12:00
	大正琴	愛希会	2・4	12:30 ~ 14:30
	楽器	オカリナかざみどり	2・4	14:00 ~ 16:00
	卓球	沢見ピンポンクラブ	毎週	18:45 ~ 20:45
火	手芸	グランマ	2・4	10:00 ~ 12:00
	卓球	小芝クラブ	毎週	13:30 ~ 15:30
	茶道	九州工業大学茶道部	毎週	17:00 ~ 20:00
	卓球	体専卓球	毎週	19:00 ~ 21:00
水	氣功	沢見氣功クラブ	毎週	10:00 ~ 12:00
	音楽鑑賞	ビートルズ	2・3	12:30 ~ 14:30
	3B体操	3Bクローバー	1・2・4	13:00 ~ 15:00
	クラフト	ひまわり	2・4	13:30 ~ 15:30
木	ヨガ	夜ヨガクラブ	毎週	18:30 ~ 20:30
	自力体操	自力体操の会	毎週	10:00 ~ 11:10
	フラダンス	マイトパズ沢見	1・2・3	10:00 ~ 12:00
	卓球	卓球同好会	毎週	13:30 ~ 15:30
金	卓球	スイートビー	毎週	19:00 ~ 21:00
	アマチュア無線	北九州戸畑HAMクラブ	1	19:00 ~ 21:00
	健康体操	健康アイ体操クラブ	毎週	13:30 ~ 15:30
	パソコン	沢見パソコンクラブ	1・3	13:30 ~ 15:30
土	テニス	エスキーテニス	毎週	18:45 ~ 20:45
	詩吟	玄瑞会	毎週	10:00 ~ 12:00
	大正琴	大正琴沢見会	2	13:00 ~ 15:00
	絵画制作	沢見絵画クラブ	1・3	13:30 ~ 15:30

※詳細につきましては該当クラブの見学時に、代表者へお尋ねください。

※クラブの都合等により日程の変更がある場合があります。見学の際は沢見市民センターまでご連絡をお願い致します。

問合せ先：沢見市民センター 881-5689

報 告

生涯学習市民講座 沢見いちご講座

沢見市民センター

「いつまでも このまちで 自分らしく いきいきと！」をテーマに年間を通して戸畑リハビリテーション病院の方々等を講師にお迎えして開催しました。

実施日：令和6年4月25日(木)～令和7年3月27日(木)【23回】

参加総数：210名



フレイルチェック【4月】



お口を大切に！【5月】



脳トレ体操【8月・11月】

講座内容(毎月第2・4木曜日実施)



歩こうday【5月・10月】



腰痛予防講座【10月】



もしばなゲーム【3月】

4. フレイルチェック 25 お元気ですか?	5. お口を大切に！講座 23 歩こうday	6. えんぴつ何? 講座 27 脳トレ体操
7. 身になるえいよう講座 25 オンライン長崎旅行	8. 健康は足から講座 22 脳トレ体操	9. 地域の支援者紹介 26 オンライン旅行
10. 腰痛(その他痛み)予防講座 24 歩こうday	11. 認知症予防講座 28 脳トレ体操	12. 養護課さんからのお話 26 みんなで体力測定
1. 病院職員のお話 23 脳トレ体操	2. お薬について考えよう 27 オンライン旅行	3. もしばなゲーム 27 一年の振り返り会

参加者より、いちご講座に参加して人とお話することが楽しい、それが刺激になりますと感想がありました。

お知らせ

古紙・古着回収にご協力お願いします

沢見まちづくり協議会

沢見市民センター・千防公園・黒田公園に、古紙回収ボックスを設置しています。また、月に一回(第4土曜日9:00より)沢見地区古紙・古着回収も行っています。

回 収 場 所	曜 日	時 間	回収物
沢見市民センター	月曜日～土曜日(祝祭日を除く)	9:00～17:00	古紙 シュレッダー紙
黒田公園	月曜日～土曜日(祝祭日を除く)	9:00～17:00	古紙
千防公園	月曜日～金曜日(祝祭日を除く)	9:00～17:00	古紙
古紙回収ステーション (黄色のシートが目印)	毎月第4土曜日(雨天決行) 但し台風・積雪の時は中止	9:00までに 出してください	古紙 シュレッダー紙 古着

古紙回収ステーション

毎月第4土曜日9時

沢見まちづくり協議会

◎古紙

・・・新聞・折込チラシ・本・雑誌・段ボール・雑紙

※古紙は種類別に袋にいれるか、ヒモで十字に
しっかりくくって下さい。



◎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)

※洗たくした物をお出してください。

※古着は濡れないように、ビニール袋などに入れてください。

回収できない古着：

レザー(皮革)類・ダウン・中綿のコート類・ニット類・ジャージ
着物・帯類・・・布団・毛布・シーツ・カーテンなど

ご協力いただいた古紙・古着は、地域のために役立てています！
みなさまのご協力をよろしくお願いします。

お知らせ

センターで回収しています

沢見市民センターでは古紙の他にも下記について回収しています。
どうぞお持ちください。

回 収 物：小物金属・紙パック・トレイ・ベルマーク
使用済みインクカートリッジ(キャノン・エプソンのみ)
缶のプルタブ・使用済み切手・小型電子機器・電池

回収日時：センター開館日(※日・祝祭日除く)
月曜日～金曜日 9:00～21:00
土曜日 9:00～17:00



お知らせ

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 ☎571-2735

