

令和8年度 八幡東区 高見市民センター 講座案内

令和8年3月12日 現在

◎ 各市民センターで参加申し込み受付の開始日を決めています。表の受付開始日をご確認ください。

◎ お申し込み・お問い合わせは、高見市民センターへご連絡ください。

市民センター名 高見市民センター

住所 〒805-0016 八幡東区高見二丁目8番20号

電話番号 093-651-2101

FAX番号 093-651-9508

ホームページ <https://www.ktac01.net/higa/tmcc/index.html>

e-メール tm-cc@ktac02.net

★印はスポット受講可

講座名	受付開始日	講座内容	実施日	時間	定員	講師名	参加費	
大人のトータルビューティー実践講座～お肌・からだ・心を整える～	令和8年4月20日 月	「外見から美しくなろう！」美容のプロに生き生きとした表情をつくるためのコツを学びます。	令和8年5月18日 月	10:00 ~ 12:00	15名	POLAえすべらんす ビューティーディレクター 伊藤 美保	無料	
	令和8年4月20日 月	「体の中から美しくなろう！」夏野菜を使った発酵料理教室をします。	令和8年5月25日 月	10:00 ~ 12:00	15名	発酵料理研究家 入江 優子	材料費	1,200円
	令和8年4月20日 月	「環境を整えよう！」ハーブの寄せ植えを行い、自分でハーブティーを作って楽しめます。	令和8年6月1日 月	10:00 ~ 12:00	15名	白野江植物公園 主任 梶山 真未	材料費	1,500円
よかよか塾	令和8年5月18日 月	「骨・カルシウムのお話」骨の健康に欠かせない栄養素であるカルシウムについて学びます。	令和8年6月17日 水	10:00 ~ 11:30	35名	雪印メグミルク(株) 専任講師	無料	
	令和8年5月18日 月	「やってみよう！「きたきゅう体操」北九州市オリジナル介護予防体操の実演紹介と実際に体験してみます。	令和8年6月24日 水	10:00 ~ 11:30	35名	北九州市認知症支援・介護予防センター 専任講師	無料	
	令和8年5月18日 月	「シャボン玉石けんのお話」石けんと合成洗剤の違い等をクイズや実演を交えて楽しく学びます。	令和8年7月1日 水	10:00 ~ 11:30	35名	シャボン玉石けん株式会社 専任講師	無料	
	令和8年5月18日 月	「腎臓のお話」腎臓病専門の先生に腎臓病についての講話と改善方法などを教えていただきます。	令和8年7月15日 水	10:00 ~ 11:30	35名	小倉記念病院腎臓内科部長 原田 健司	無料	