

キラ☆キラ

北九州市市民活動サポートセンター

No.249
令和8年 冬号

目次

- 1P 表紙(マルシェの紹介)
- 2~3P マルシェ
- 4~5P サボの日
- 6P 所轄庁からのお知らせ
- 7P サボセンからのお知らせ
- 8P 421Lab.のページ

今年も大盛況!!

~NPOマルシェ~



2025年10月18・19日に開催されたひとみらいフェスタにて、今年も市民活動サポートセンターでは、「NPOマルシェ」を開催しました。今年は昨年より出展団体数が増えて、計13団体が出展されました。同時に黒崎地区ではクロサキスイッチも開催され、例年以上にご来場いただき、各団体の活動について知っていただくきっかけとなりました。

次のページから、各団体の出展ブースのご紹介をさせていただきます！

★NPOマルシェ Day 1 [10月18日(土)]★

1日目は、7団体に出展いただきました!!

ひとみらい☆フェスタ
みんなで彩る黒崎! ひとみらいプレイス



認定NPO法人 日本セラピューティック・ ケア協会

背中や肩などを優しくな
でるケアでホッと癒されま
した!



NPO法人ネットワーク ぷらす北九州アイリー

マクラメや布小物雑貨を販
売。手作りで温かみのある
商品が大変好評でした!



るーらるママ

子ども縁日や親子バザー
のほか、スマホで作る缶バ
ッチ作成を行いました。た
くさんの子どもたちで盛
況でした!



ECOハッピーブレイン 北九州

オーラ撮影やハソヒーリング体
験を通じて、体質や気質をカウ
ンセリングしてくれました!



NPO法人My夢

おにぎりやからあげ、クッ
キーやマドレーヌを販売。
どれも美味しく、すぐ売り
切れた商品もありました!



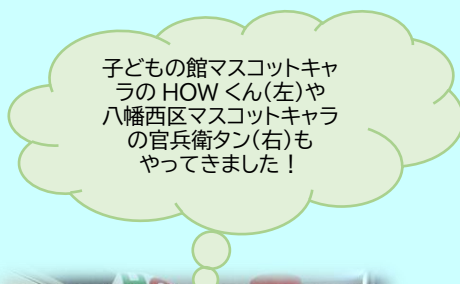
特定非営利活動法人 アベック

ロールパンや焼き菓子、カ
レンダーを販売。こちらも
美味しく大変好評でした!



特定非営利活動法人 ひこうせん

ブローチやポーチなどの
雑貨を販売。豊富な種類
の雑貨があり、来場者は
お目当てのものを購入し
ていました!



2日目は、6団体に出展いただきました!!



元気になる！いきいき
健康うたごえ倶楽部

プロのボイストレーナーによる美ボイス体験やアニマルコミュニケーターのセッションなど貴重な体験ができました！



特定非営利活動法人
あそびとまなび研究所

フードパントリー参加体験などを実施。たくさんの子どもたちがきて、大賑わいでした！



社会福祉法人
つながり共創会

シュシュやヘアバンドなどの雑貨やハーブ寄せ植えを販売。素敵なお品ばかりで皆さん何を買うか迷っている様子でした。



地球交遊&楽しい
仲間たち

フェアトレードの紅茶や
作業所でつくった焼き
菓子を販売。その場で
飲むこともでき、憩いの
場となっていました！



NPO法人ろう高齢者の豊かな
生活を支える会陽だまり

豊富な種類の雑貨を販売。団体が
つくった雑貨にファンも多く、たく
さんの方が来場して購入していま
した！



NPO法人PLANET

コーヒーをリーズナブルな価格で販売。いい香りにつられて、購入する方がたくさんいました！



お知らせ

昨年初開催で多くの方に来場いただいた

「Action!NP0 マルシエ」の

第2回目を開催します！ぜひお越しください！

日時: **2026年3月15日(日) 10~16時**

場所:コムシティ3階

マーメイド広場&市民活動サポートセンター

内容:NPOや市民活動団体の展示・発表・体験・物品販売など

Kirkyoction!

入場無料

♪ 第2回 ♪

Action! NPO マルシィ

～未来へつながる。地域と市民とNPO～

日時 **2026年 3月15日(土)** 10:00から
16:00まで

場所 **コムシティ3階**
(マースイド広場&市民活動サポートセンター)

NPO団体の
活動発表会も
あるよ!

活動発表会 1コマ30分

出展ブース

緑地の販売、美ボディの体験、アートフラワー教室、
アピマルコムコミュニケーターのお茶会、
フードバンクリレー参加説明、お菓子・パンの頒布、
セサビミュージックワークショップ、子ども絵画展、
有休付労務費、ウェットシートコピーの販売、
バザー、継続対価の提供説明、
エンディングノート書き方講座、野鳥の鑑別教室、
どんなのこま作りのなど。

団体は遠路他府県にまで訪れるブースもあります!
※各団体の申し込み内容等は別途ご案内いたします。

お買い合わせいっしょ **北九州市市民活動サポートセンター**

北九州市八幡西区築港3-15-3 コムシティ3F TEL 093-645-3101



2025 年 11 月 26 日開催

第265回サポートセンターの日NPO 活動発表会

自分の健康を守るために必要なこと
～流行感染症から身を守ろう!～

発表団体

NPO 法人 地域医療連携団体.Needs



健康運動指導士
植杉 真登さん(右)
NPO 法人 Needs 代表
伊東 浩樹さん(左)

団体の紹介

NPO 法人地域医療連携団体.Needs は、

「Vision」誰もが幸せに暮らせる地域社会の実現

「Mission」医療福祉をもっと身近に

を運営方針として、支え合う地域医療の実現を目指して活動をしている団体です。出前授業、げんき塾(うんどう部)、気になる子どもの相談カフェ、ヘルスラボ、医療顧問などの事業を実施されています。今回は、健康啓発活動の一環として発表をしていただきました。

代表 伊東さんの発表



NPO 法人 Needs
代表 伊東 浩樹さん

- ～お話の流れ～
- ✧感染症の定義
 - ✧感染症の広がり
 - ✧予防方法
 - ✧日常生活の工夫
 - ✧免疫力向上
 - ✧運動の重要性
 - ✧ストレス管理
 - ✧良質な睡眠

感染症の原因細菌とウィ

ルスの違いから丁寧な説明が始まりました。また、**感染成立の3要素(病原体、感染経路、感受性宿主)**を理解することが感染症の予防に役立つと教えていただきました。「病原体が体に侵入して、症状が現れるかどうかは、病原体の感染力と体の抵抗力とのバランスで決まります!」と、ご説明されました。そして、日常生活における予防方法についても

丁寧に教えていただきました。特に、栄養、睡眠、運動などにより免疫力を高めることの大切さを強調されました。参加者の方から「栄養、睡眠、運動のうち、どれが一番大切ですか?」という質問があり、私たちの理解も深まりました。その流れで、健康運動指導士の植杉真登さんによる免疫力を高める運動の体験へと進んでいきました。

運動体験

運動はやらなくても生きていけますが、やらないと「膝が痛い→変形→人工関節」などの状況が発生する可能性があります。運動は、その予防としての働きが期待できます。皆さんの生き方の中に運動という選択肢が根づいていくことを願います。

～健康運動指導士の植杉真登さん～



者取熱
のり心
皆組に
さむ運
ん参動
加に



参加者の皆さんの声

- すべて良かったです! 理論学べました。体操は、楽しかったです。「うんどう部」に参加したいと思います。
- 実際にストレッチなどの運動ができてリフレッシュできたこととこれからの生活に生かせる知識をいただいたので、これから活用していきたい。



2025 年 12 月 14 日開催 第 266 回
サポートセンターの日 活動発表会

クリスマスライブ

出演：オールディーズバンド・プレアデス

12月のサポの日は、3年連続で「オールディーズバンド・プレアデス」の皆さんをお招きし、今回は、ステージを同じコムシティ内の子ども館子どもホールに拡大して開催。220名を超える満席のお客さままで熱気あふれました。

プレアデスは、ボーカルのヴィヴィアンさん、アコースティックギターのテリー大峰さん、ベースのメッシーさん、ドラムのアンジさんの4名で、主に北九州市内で活動をしている人気のバンドで、市民活動サポートセンターの登録団体でもあります。

日本語の歌詞で歌うオールディーズバンド

「1950～60年代(昭和30年代)に流行したポップスナンバーを日本語の歌詞中心で楽しんでいただく」ことをコンセプトに「誰もが聴いたことのあるような、ポピュラーな曲」を選んで演奏されているプレアデス。

市内および、全国的にも日本語歌詞メインで歌う、アコースティックのオールディーズバンドは珍しく、当時を懐かしむ方々から、若者、お子さままで、一緒に口ずさみながら、気軽に聴けることが、他のバンドにない人気の理由です。



プレアデスのライブに合わせて来日する、エルビスプレスリー、ジョンレノン、マイケルジャクソンが登場するコーナーも毎回大人気。

プレアデスで元気を持って帰ってほしい！

定期的にバンドが主催するライブは、「誰にでも気軽に楽し
みに来ていただきたい」「プレアデスのライブで元気になって
ほしい」という理由で、毎回入場無料で開催しています。もち
ろん、ボランティアさんのお手伝いや、来場者された方から
のご協力金もあって、定期的に、たくさんの方に楽しんでいただ
くことができています。

そして、実は地域や市のイベント、懇親会、市民センターからの依頼も多く、可能な限り、演奏依頼を受けていきたいそうです。既に、1年先の依頼も入ってきているとのことですので、お早めのオファーをお勧めします。

ぜひ、楽しく、懐かしい、笑顔が絶えないプレアデスのライブに、今後も乞うご期待です！！



♪ 今回の演奏曲 ♪



- ・ ヒートウェーブ
- ・ ビーマイベイビー
- ・ ダイアナ
- ・ 涙の太陽
- ・ コーヒーランバ
- ・ テネシーワルツ
- ・ カラーに口紅
- ・ 月影のナポリ
- ・ 砂に消えた涙
- ・ ジングルベル
- ・ 好きにならずにいられない
- ・ 恋の売り込み
- ・ ツイストで踊り明かそう
- ・ パイナップルプリンセス
- ・ ヴァケーション
- ・ ルイジアナママ
- ・ レナウンワンサカ娘
- ・ カントリーロード

今後のプレアデス主催 アコースティックオールディーズライブ プレアデスのHPはこちらから↓

3月1日(日) 門司 赤煉瓦プレイス 赤煉瓦交流館 14時～【入場無料】
4月29日(祝) 黒崎 コムシティ7階 子どもホール 15時～【入場無料】

●ライブのお問合せ・ご依頼：プレアデス 090-3666-0219（大峰）、090-5487-4896（飯田）



～新たに認定NPO法人になりました！セーバー風・ジャパンのご紹介です！～



セーバー風・ジャパンは、スポーツイベントや災害時における傷病者にたいして、一次救命処置を行うことによって人命救助、被害の軽減を図ることを目的とした法人です。

スポーツ、音楽をはじめとする各種イベントにおいて病人やけが人が出ても周囲にいる人たちが一次救命措置に慣れていない、あるいはその知識はあっても一歩踏み出すことができなかったために手遅れになるというケースがあります。また、応急救護にかかる費用負担もかなり大きいため、中小規模のイベントでは医療従事者が少ないという現状もあるようです。

セーバー風・ジャパンのメンバーは、警察官として勤め、人の生命、身体、財産を守ることを任務として働いてきた方たちで構成されており、警察を退職しても、暴力団排除活動、交通安全運動、防犯活動や防犯パトロールなどの啓蒙活動が続けている方々です。



最初の三つの輪はその場に居合わせた人、誰にでも出来ます。

そんなメンバーが集まった会合で、「直接的に人々の危難を救うことはできないか、他の手段では間に合わないときに自分が人のために何ができるか」、「まだ人のために働きたい、人を守るという情熱は消えていない」等という多くの声が挙がりました。

そこで、各種イベント参加者及び災害被災者等に対する心肺蘇生などの一次救命処置やファーストエイドを行って、直接的に市民の安全を守ってはどうかという結論に達し、2018年に NPO 法人を設立し活動を開始、この度認定 NPO 法人の仲間入りを果たしました。



これまでの活動内容などは、下記のHPをご確認ください。
また、スポーツ大会やイベントにおける救護活動の依頼、会社や学校など組織での救命の応急手当講習会における講師の依頼も受け付けております。

<https://www.saverkazejapan.com/>



中体連競技大会で捻挫したの負傷者の応急手当



胸骨圧迫・人工呼吸による心肺蘇生講習

サポートセンターからのお知らせ

【2月サポの日のお知らせ】

“年齢を重ねても住み慣れたまちで暮らし続けるために”

発表団体：特定非営利活動法人わいわいたかつき

日時：2月26日(木)18:30～20:00

会場：市民活動サポートセンター(コムシティ3階)

定員：20名(要申込・先着順)

2月NPO活動発表会サポートセンターの日

年齢を重ねても住み慣れたまちで暮らし続けるために

北九州市高層地域の課題である、高齢化・斜面地・交通などの解決の為に、学生や地域ボランティアと協力し、安心・安全に暮らせるまちづくりや、自然豊かな環境を活かした様々な取り組みにチャレンジしています。
これから日本全体が抱えている社会問題の解決にも役立つ発表会です！

発表者 特定非営利活動法人わいわいたかつき
村田 勝司 理事長
北九州市立大学地域創生学群 猪倉実習生 (学生ボランティア)

日時 2月26日(木) 18:30～20:00

会場 市民活動サポートセンター

申し込み・問合せ
北九州市市民活動サポートセンター
(北九州市八幡西区3-15-3コムシティ3階)
Tel: 093-645-3101 Mail: kitakyuso3101@gmail.com

オンライン (Zoom) 参加もOK!

【2月セミナーのお知らせ】

“企画力向上セミナー”

～桃太郎から学ぶ企画の立て方～

講師：大久保 大助氏

(特定非営利活動法人 KID's work 代表理事)

日時：2月27日(金)18:00～20:30

会場：八幡西生涯学習総合センター301会議室
(コムシティ3階)

定員：20名(要申込・先着順)

企画力向上セミナー
～桃太郎から学ぶ企画の立て方～

大人気企画！桃太郎の物語から現代に通じる企画のノウハウを学びます。
「多くの人に参画してほしい」「新しい企画を立ち上げたい」「来年度の事業を検討中」など
新年度に向けて、一緒に新しい企画書を作ってみませんか!?
NPO法人で活動中の方、これからNPO法人を立ち上げる予定の方、市民活動団体で
何かやりたいと考えている方などぜひご参加ください!!

日時 令和8年2月27日(金) 18:00～20:30

会場 八幡西生涯学習総合センター 301会議室
(八幡西区黒崎3-15-3 コムシティ3階)

対象 NPO法人の代表者、企画立案者、新規設立予定の方
市民活動団体で企画を立案したい方 など

定員 20名

講師 大久保 大助氏
特定非営利活動法人KID's work 代表理事
北九州市市民活動サポートセンター専門相談員

内容 ①社会課題解決のための企画の考え方
②企画×ストーリー×予算
③企画書のポイント など

参加費 無料

申込方法 下記申込フォームまたは電話にて事前申込ください
(応募締切:2月26日17時まで)

お申込み・お問合せ先
北九州市市民活動サポートセンター
〒806-0021 北九州市八幡西区黒崎3-15-3 コムシティ3階
TEL: 093-645-3101
FAX: 093-645-3102

申込フォーム

申込：電話：問合せ先：北九州市市民活動サポートセンター
☎:093-645-3101/Mail:info@kirakirakitaq.jp

【税理士相談】

毎月第2水曜 16時～19時(1コマ1時間)実施。

(無料・要予約)

いつまでも逃げていられない、会計の悩みにマンツーマンでご相談をお受けします。

帳簿のルール、事業報告書の作り方など。

【NPO 法人入門説明会】

毎月2回、第1木曜・第4月曜19時～20時に開催。

(無料・要予約)

「NPO ってなんだろう?」「申請書類の作り方は?」
など基本のご質問から、法人運営に関するご相談まで。

【note 投稿中!】

市民活動サポートセンターのセミナー、イベントなどの告知や当日の様子、各団体のイベント等のレポートなどを投稿しています。

是非のぞいてみてください!

【NPO の活動を紹介します!】

市民活動サポートセンターHP(キラキラネット)で団体の紹介をしています!

広く市民の方々に日頃の活動を知ってもらいませんか?掲載を希望する場合は
申込みフォームをサポートセンター宛てに送付ください!



421Lab. だより Vol. 15

こんにちは！北九州市立大学地域共生教育センター（421Lab.）です。
私達は、地域で活動したい北九州市立大学の学生と、学生と一緒に課題を解決
したい地域の方々と繋ぐ活動を行っています。
本号では421Lab.のプロジェクトのひとつである「こども知育プロジェクト」
を紹介します。



<こども知育プロジェクト>

こども知育プロジェクトは、大学生とこどもたちが交流することを通じて
成長を促すことを目的としており、貴船Y・Y児童クラブへの定期訪問や
イベント参加などの活動を行っています。



～小倉南区子どもまつり～

小倉南区役所が主催し、JRA 小倉競馬場を会場として開催されたお祭りに、今年初
めて出展しました。
当日は、九州地方をモチーフにした輪投げや、獲得した点数を計算して楽しむ的あ
てゲームを実施しました。会場には多くの子どもたちが訪れ、笑顔で遊ぶ姿が見ら
れるなど、賑やかなひとときとなりました。



～よみうりキッズフェスタ～

クレカ若松で開催されたよみうりキッズフェスタに参加しました。
小さい子どもたちが、体を思いきり動かしながら学べるよう、巨大パズルや巨大ボ
ーリングを用意しました。
「楽しい！」の中に学びがある時間を届けられるよう、子どもたちの笑顔や成長を
大切にしながら、試行錯誤を重ねて日々活動しています。

このように 421Lab.では地域の課題解決に向けて様々な
プロジェクトが活動を行っています。421Lab.の活動に興味
を持たれた方はお気軽にお問い合わせください！



〒802-0841
北九州市小倉南区北方4丁目2番1号
公立大学法人北九州市立大学
地域共生教育センター(通称:421Lab.)
TEL 093-964-4092
Fax 093-964-4221



北九州市
市民活動
サポートセンター



北九州市八幡西区黒崎三丁目15番3号(コムシティ3階)
☎ 093-645-3101 FAX 093-645-3102
HP <https://www.kirakirakitaq.jp> info@kirakirakitaq.jp

開館時間 月曜日～金曜日 10:00～20:00
土・日曜日・祝日 10:00～18:00
休館日 第1・3・5月曜日、年末年始