福祉用具プラザの講座

❶作ってみよう！福祉用具「湿布貼り具」 12月11日㈰13時30分～15時、福祉用具プラザ北九州（小倉北区馬借一丁目、総合保健福祉センター1階）で。対介護・医療・福祉の有資格者は除く。定先着10人。

❷介護予防でいきいき講座「おいしく食べよう バランスの良い食事」 12月19日㈪13時30分～15時30分、総合保健福祉センター（小倉北区馬借一丁目）で。定20人。

❸はじめての介護講座「すっきり入浴」 12月26日㈪13時30分～15時30分、総合保健福祉センターで。定20人。

共通 申❶は11月25日から、❷は12月12日、❸は12月19日までに福祉用具プラザ北九州☎522・8721へ。聴覚障害者はFAX522・8771も可（基本事項と手・要など介助必要の有無を記入）。

認知症を学ぶ講座

12月17日㈯13～16時15分、八幡西生涯学習総合センター（黒崎駅西側、コムシティ内）で。定先着80人。申11月17日から北九州市社会福祉協議会☎873・1296へ。

ボランティアリーダーのメンタルケア「楽しさとやる気の心理学」

12月3日㈯10～16時、ウェルとばた（戸畑駅前）12階で。対ボランティアグループのリーダーなど。定30人。料700円。申11月19日まで。詳細は北九州市社会福祉協議会ボランティア・市民活動センター☎881・6321へ。

寄付と仲間を集めよう！NPOのためのファンドレイジング入門セミナー

11月22日㈫・29日㈫、12月6日㈫（全3回）18時30分～21時、コムシティ2階（黒崎駅西側）で。対市民活動団体（1団体2人以上の参加が必要）。定30人。申11月20日まで。詳細は市民活動サポートセンター☎645・3101へ。ネットも可。

穴生学舎1日体験講座

テーマは「明治初期の近代化と若松」と「ニュースポーツ（ユニカール）」。12月20日㈫9時30分～15時、穴生学舎（八幡西区鉄竜一丁目）で。対年長者研修大学校で研修を受講したことがない55歳以上。定先着40人。申11月17日から同施設☎645・6688へ。

中國思想における董仲舒の位置と現代価値

12月6日㈫16時20分～17時50分、北九州市立大学北方キャンパス（小倉南区北方四丁目）で。定先着30人。申11月17日から同大学アジア文化社会研究センター☎964・4463へ。

ジュニア・サイエンス・スクール

❶糸でえがく星型模様 11月26日㈯13時30分～15時30分。対小学4年～高校生（保護者の見学可）。定先着20人。

❷DNAを調べよう・雨粒の標本をつくろう 12月17日㈯13～16時。対小学4年～中学生（保護者の見学可）。定40人。

共通 九州工業大学戸畑キャンパス（戸畑区仙水町）で。申❶は11月17日から同大学理数教育支援センター☎884・3696へ。❷は往復はがき（1人だけ）に基本事項と保護者の氏名を書いて11月30日までに同センター（〒804-8550戸畑区仙水町1-1）へ。

北九州パレスの講座

季節のお花をいけてみましょう「いけばな教室」 12月1日㈭・8日㈭（全2回）の18～20時。定先着20人。料3000円。

自分好みのお茶碗やパスタ皿をつくる陶芸体験教室 12月7～22日の毎週水・木曜日18時30分～20時30分。定先着各日20人。料2000円。

共通 申電話で11月17日から北九州パレス（小倉北区井堀五丁目、☎651・4600）へ。

講演会

食品安全シンポジウム「輸入食品の安全・安心について」

福岡検疫所食品監視課長・後藤成生さんによる基調講演やパネルディスカッションなど。11月30日㈬13時30分～16時、戸畑市民会館（戸畑駅前、ウェルとばた3階）で。問保健福祉局保健衛生課☎582・2435へ。

母の会連絡協議会研修大会

落語家・林家きく麿さんによる講演「笑いでなくす ストレス人生」。12月8日㈭10時30分～12時30分、戸畑市民会館（戸畑駅前、ウェルとばた3階）で。問市民文化スポーツ局生涯学習課☎582・2385へ。

▲林家きく麿さん

市民公開講座「寒さ、乾燥に気を付けて この冬を乗り切ろう！」

11月27日㈰14～16時、商工貿易会館2階（小倉北区古船場町）で。問市立医療センター事務局管理課☎541・1831へ。

市民公開講座「よ～くわかる。狭心症・心筋梗塞のお話」

講師は小倉記念病院循環器内科主任部長・安藤献児さん。来年1月14日㈯10時30分～12時30分、小倉記念病院（小倉駅北側）で。定500人。申往復はがき（2人まで）に基本事項と手必要の有無を書いて来年1月4日までに平成紫川会（〒802-0001小倉北区浅野三丁目2-1、☎511-2058）へ。担保健福祉局地域医療課☎582・2678。

▲大沢逸美さん

国連講演会「テロの要因と対策」

講師は外務省国際テロ対策・組織犯罪対策協力担当日本政府代表・特命全権大使の井出敬二さん。11月25日㈮14～15時30分、北九州国際会議場（小倉駅北側）で。定70人。申11月24日までに日本国際連合協会福岡県本部☎（092）713・8115へ。担西日本産業貿易コンベンション協会☎551・4111。

募集

ムーブフェスタの実行委員（ボランティア）を募集

7月に開催するイベントの企画や運営などを行います。活動期間は来年1～8月。定若干名。申12月13日まで。詳細はムーブ（小倉北区大手町、☎288・6262）へ。

若松区役所の食堂・売店出店者を募集

出店は来年4月以降。対市内に事業所がある法人か市内居住者。申11月15日～12月15日。募集要項は11月30日まで総務局福利課で配布。詳細は同課☎582・2226へ。

北九州マラソン「フレフレ！ガンバレ！応援ステーション」の出演者を募集

来年2月19日㈰8～15時、コース沿道でランナーを応援します。対郷土芸能、吹奏楽、チアリーディング等パフォーマンスを行う団体など。定40団体。申12月16日まで。詳細は北九州マラソン「フレフレ！ガンバレ！応援ステーション」運営事務局☎967・0741へ。担市民文化スポーツ局スポーツ振興課☎582・2831。

「ベーゼンドルファーを弾いてみませんか」参加者を募集

ステージでグランドピアノを演奏できます。12月16日㈮11～20時、戸畑市民会館（戸畑駅前、ウェルとばた3階）で。対小学生以下は保護者同伴。定9組。料1組3000円。申11月30日まで。詳細はウェルとばた総合案内☎871・7200へ。

スポーツ

市民体育祭「アイススケート大会」

模範演技やスケートをしながらのパン食い競争など。オリンピック銀メダリスト・伊藤みどりさんの来場もあり。11月27日㈰10～13時、北九州アイススケートセンター（小倉駅北側、西日本総合展示場本館内）で。問市民文化スポーツ局スポーツ振興課☎582・2395へ。

介護予防運動教室

▼ひまわり太極拳＝来年1月19日～3月23日の毎週木曜日（全10回）14～16時、戸畑生涯学習センター（戸畑区中本町）で ▼きたきゅう体操＝転倒予防などに役立つ運動を行います。来年1月24日～3月14日の毎週火曜日（全8回）14～15時30分、八幡東生涯学習センター（八幡東区平野二丁目）で。共通対要支援・要介護認定を受けていない65歳以上。定各30人。申往復はがき（1人だけ）に基本事項を書いて11月30日までに福祉用具プラザ北九州（〒802-8560小倉北区馬借二丁目7-1、☎522・8721）へ。

ふれあいスポーツ大会

スポーツを通して交流します。11月27日㈰12～16時、浅生スポーツセンター（戸畑区浅生二丁目）で。対ひとり親家庭の親子と寡婦。上履きが必要。問北九州市母子寡婦福祉会☎871・3225へ。担子ども家庭局子育て支援課☎582・2410。

初心者バドミントン教室

12月15日～来年3月9日のおおむね毎週木曜日（全12回）19～21時、新門司体育館（門司区吉志新町二丁目）で。対18歳以上（学生は除く）。定20人。料6000円。申往復はがき（1人だけ）に基本事項を書いて12月1日までに北九州市体育協会（〒805-0011八幡東区八王寺町4-1、☎652・5007）へ。

総合体育館の個人利用日

日程（一部利用できない時間帯あ

料＝料金、費用　開＝開所時間　休＝休所日　担＝市の担当課　申＝申し込み　ネット＝ネット窓口（電子申請）　問＝問い合わせ　共通＝共通の内容　手＝手話通訳　要＝要約筆記