

☎=対象 定=定員、定数 料=料金、費用 ※料金について記載のない催しは入場無料(参加無料) 開=開所時間 休=休所日 申=申し込み 問=問い合わせ
共=共通の内容 手=手話通訳 要=要約筆記 担=市の担当課 F=FAX ネット=ネット窓口(電子申請)…インターネットで申し込みができます 北九州市 ネット窓口 検索

口腔ケア推進のための連携推進研修会

講師は口から食べる幸せを守る会理事長・小山珠美さん。3月21日(祝)14～16時、商工貿易会館(小倉北区古船場町)で。関ケアマネジャー、訪問看護師など。定150人。申3月10日まで。詳細は北九州市歯科医師会 ☎513・3650へ。関認知症支援・介護予防センター ☎522・8765。

募集

ドングリ苗ポットの育苗協力者(ボランティア)を募集

ドングリの苗を1年間育てます。この苗は来年3月に行う「緑の回廊植樹会」で植樹します。苗の配布は2月19日(月)～23日(金)の9～17時、若松区役所総務企画課や若松区内の各市民センターなどで。ドングリの種セットの進呈もあり。関環境局環境監視課 ☎582・2239へ。



「ZENRYOKU50@黒崎」の参加者を募集

商店街で50m走を行います。3月25日(日)、カムズ名店街(八幡西区黒崎二丁目)で。定先着300人。申2月17日からまちづくりくろさき ☎616・6615へ。関八幡西区役所コミュニティ支援課 ☎642・1339。

「法学部コミュニティ・コース」の受講生を募集

社会人向けのコースで、法学部の学生と一緒に講義やゼミを受講します。4月～来年3月、北九州市立大学北方キャンパス(小倉南区北方四丁目)で。入門コース(基礎編・演習編)と総合コース(基礎編・演習編)あり。関3月31日現在で18歳以上。定各コース若干名。関入門コース9万4800円、総合コース18万9600円。2月17日(土)、3月3日(土)の14～15時30分に説明会あり。申3月8日まで。詳細は同大 地域・研究支援課 ☎964・4194へ。

劇場文化サポーターを募集

チラシ配布・荷物預かり等のボランティア活動や劇場基礎講座の受講など。活動期間は4月から2年間。関18歳以上。定30人。申2月28日まで。詳細は北九州芸術劇場 ☎562・2620へ。

フリーマーケット出店者を募集



4月28日(土)、小倉競馬場(小倉南区北方四丁目)で開催する「小倉南区子どもまつり」に出店します。関20歳以上(物品販売業者は除く)。定先着60区画(1区画2.5m×2.5m)。料1区画3000円。応募は2区画まで。申3月1日から。詳細は小倉南区役所コミュニティ支援課 ☎951・4115へ。

帆柱自然公園愛護会ボランティアを募集

活動は、自然環境保全保護活動や自

然観察会の開催など。講習会(全10回。関1000円)への参加が必要。定先着10人。申2月17日から皿倉山ビジターセンター ☎681・5539へ。

スポーツ

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り)は、2月18日(日)・20日(火)～23日(金)・25日(日)～28日(水)、3月1日(木)・2日(金)の9～21時。関使用料が必要。利用可能な種目・時間は関を。関総合体育館(八幡東区八王寺町、☎652・4001)へ。

ミクニワールドスタジアム 北九州のスポーツ



- ①子ども体力向上フェスティバル いずれも2月25日(日)。▶苦学克服=10～11時30分 ▶キッズヘキサスロン=13時30分～15時。①の共通関小学1～3年生。定先着各20人。料1500円。参加賞もあり。
 - ②家でできる簡単筋トレ講座 3月7日(水)10～11時。関60歳以上で運動を行うのに健康上問題のない人。定先着10人。料500円。
 - ③シニア健康体操教室 ストレッチや有酸素運動など。3月14日(水)10～11時。関60歳以上で運動を行うのに健康上問題のない人。定先着10人。料500円。
- 共通申2月17日からミクニワールドスタジアム北九州(小倉駅北側、☎521・

2020)へ。

子どもトランポリン教室

3月26日(月)～28日(水)(全3回)、総合体育館(八幡東区八王寺町)で。午前の部(10～11時30分)と午後の部(12時30分～14時)あり。関小学生。定各部60人。料3000円。申往復はがき(1人だけ)に基本事項を書いて3月9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。

風船バレーボール教室

いずれも4月～来年3月の13～16時。▶八幡西勤労青少年ホーム(八幡西区南鷹見町)＝おおむね毎週月曜日(全40回)。定40人 ▶穴生ドーム(八幡西区鉄竜一丁目)＝おおむね毎月第2・4木曜日(全24回)。定60人。共通料4000円。申はがき(何人でも)に基本事項と障害の有無を書いて3月31日までに穴生学舎(〒806-0058八幡西区鉄竜一丁目5-1、☎645・6688)へ。

若松勤労青少年ホームのスポーツ

リラックスヨガ講座 いずれも4～9月のおおむね毎週1回(全20回)。月曜Aコース(17時30分～19時)、月曜Bコース(19時15分～20時45分)、水曜コース(10時30分～12時)、木曜コース(10時30分～12時)、金曜コース(19～20時30分)あり。定各コース15～20人。料9000円(35歳以下は6000円)。

ジャズダンス講座 4月12日～7月26日のおおむね毎週木曜日(全15回) 19～21時。定10人。料6750円(35歳以下は4500円)。

共通関15歳以上。申電話で2月27日までに若松勤労青少年ホーム(若松区浜町二丁目、☎761・7500)へ。ネットも可。

みんなで予防インフルエンザ

咳エチケット
マスク、ティッシュ・ハンカチ、そでなどで鼻と口をおおきましょう。

予防のポイント

- 手洗い
- 咳エチケット
- 睡眠
- 栄養

マメな手洗いと咳エチケットで「かからない」、「うつさない」。

北九州市のインフルエンザ情報はここから

北九州市 インフルエンザ 検索

マメソウくん

コマメちゃん

手洗い

指先、手の間、親指、手首は特に注意して手洗いをしましょう。

インフルエンザに関する情報

今冬 インフルエンザ 検索

バーコード読み取り機能付の携帯電話もしくはスマートフォンでご利用いただけます。

厚生労働省

Ministry of Health, Labour and Welfare

例年12～3月に流行シーズンを迎えるインフルエンザは、非常に感染力が強く、特に乳幼児や高齢者など免疫力の低い人は重症化しやすいため、注意を要する感染症です。

小まめな手洗いや咳エチケットにより、「かからない」、「うつさない」を心がけ、みんなでインフルエンザを予防しましょう。

関保健福祉局保健衛生課 ☎582・2430へ。