

やさしい精神保健福祉講座

10月29日(木)・11月12日(木)(全2回)の10～12時、精神保健福祉センター(小倉北区馬借一丁目、総合保健福祉センター5階)で。定先着15人。☎10月3日から精神保健福祉センター☎522・8729へ。

北九州パレスの講座

ハーバリウム体験講座 ボトルとボールペンを作ります。11月3日(祝)10～12時。定先着15人。料3000円。

ベリーダンス講座 11月4日～来年1月27日のおおむね毎週水曜日(全12回)の15時30分～16時45分。定先着20人。料6000円(34歳以下は5500円)。

☎電話で10月3日から北九州パレス(小倉北区井堀五丁目、☎651・4600)へ。

工場就業体験

11月5日(木)13時30分～15時30分、七尾製菓(小倉南区葛原一丁目)で。対60歳以上。定10人。☎10月23日まで。詳細は福岡県シルバー人材センター連合会☎(092)292・1857へ。☎北九州市シルバー人材センター☎922・4801。

屋外広告物講習会

11月6日(金)9時50分～16時30分、福岡県庁(福岡市博多区)で。対屋外広告物の施工業者など。定100人程度。料2000円(別にテキスト代が必要)。☎9月28日～10月9日。詳細は建設局管理課☎582・2271へ。

生涯学習総合センターの講座

①データサイエンス入門 11月6日～12月11日の毎週金曜日(全6回)18～20時。ビデオ会議アプリ「Zoom」を使用し、オンラインで行います。料3000円。

②国宝「源氏物語絵巻」で楽しむ～源氏物語 11月7日～12月12日のおおむね毎週土曜日(全5回)13時30分～15時30分、生涯学習総合センター(小倉北区大門一丁目)で。定20人。料2500円。

③共に生きる 11月10日～12月15日の毎週火曜日(全6回)10時40分～12時40分、西南女学院大学・西南女学院大学短期大学部(小倉北区井堀一丁目)で。定30人。料3000円。

☎電話で10月16日、①は21日、②は24日まで。詳細は①は九州工業大学総務課☎884・3004、②は生涯学習総合センター☎571・2735、③は西南女学院大学・西南女学院大学短期大学部地域連携室☎583・5243へ。☎ネットも可。

レディスやはたの講座

①MOSワード検定対策講座 11月7日～12月19日のおおむね毎週土曜日(全6回)14～17時。対ワードの基本操作ができる人。定先着8人。料2800円。

②再就職・面接印象アップ講座 11月14日(土)14～16時。対自己PRと話し方を学びたい人。定先着14人。料500円。

③メンズご飯! ～家族に作る愛情料理 簡単に作れる調理法を学びます。11月15日～12月6日の毎週日曜日(全4回)10～13時。対男性。定先着12人。料

3800円。

☎電話で③は10月4日、②は6日、①は7日からレディスやはた(八幡東区尾倉二丁目、☎661・1122)へ。

カヌー指導者養成会

11月9日(月)～10日(火)(1泊2日)、玄海青年の家(若松区大字竹並)で。対18歳以上でカヌーや水辺の活動を実施している施設や団体の職員。定先着15人。料6300円。☎10月3日から同施設☎741・2801へ。

北九州観光市民大学

本市の観光や歴史、文化などを学びます。修了後、観光案内ボランティアへの登録も可。11月10日～来年1月26日のおおむね毎週1回火曜日か木曜日(全11回)10～12時、西日本総合展示場新館(小倉駅北側)などで。対18歳以上。定20人。料8000円。☎はがき(1人だけ)に基本事項を書いて10月23日までに北九州観光コンベンション協会(〒802-0001小倉北区浅野三丁目8-1、☎541・4151)へ。

母子・父子福祉センターの講座

ワード3級検定講座 11月10日～来年2月16日のおおむね毎週火・金曜日(全24回)。昼コース(14～16時)と夜コース(18時20分～20時20分)あり。定各コース7人。料2900円(別に検定料が必要)。検定試験日は来年2月21日(日)。



リフレッシュ講座「リンパマッサージ」 11月10～24日の毎週火曜日(全3回)18時20分～20時20分。定10人。

☎電話で①は10月3日、②は6日からレディスもじ(門司区下馬寄、☎371・4649)へ。

気持ちが楽になる認知症介護家族教室

11月11日～来年1月13日のおおむね隔週水曜日(全5回)13時30分～15時30分(11月11日は14～16時)、総合保健福祉センター6階(小倉北区馬借一丁目)で。対初期から中期の認知症の人を介護している家族。定10人。☎10月23日まで。詳細は認知症支援・介護予防センター☎522・8765へ。

薬物乱用・依存の問題で悩む家族のための教室

11月11日～来年3月10日までの毎月第2水曜日(全5回)14～16時、精神保健福祉センター(小倉北区馬借一丁目、総合保健福祉センター5階)で。初参加の人や個別相談希望の人は前日までに☎を。☎精神保健福祉センター☎522・8729へ。

福祉用具プラザの講座

①専門職向け研修「移乗関連」 移乗用

具の使い方など。11月12日(木)18時30分～20時30分。対介護・医療・福祉の有資格者。

②なるほど! 介護講座「介護サービスの情報」 11月17日(火)13時30分～15時30分。

☎電話で①は10月3日、②は6日からレディスもじ(門司区下馬寄、☎371・4649)へ。

ミュージックケア教室

音楽にあわせて身体を動かします。11月14日(土)、12月12日(土)(全2回)。午前の部(10～11時30分)と午後の部(13～14時30分)あり。東部障害者福祉会館(戸畑駅前、ウェルとばた6階)で。対障害のある人。定各部6人。☎10月28日までに同施設☎883・5550へ。聴覚障害者は☎883・5551も可(基本事項と☎・☎など介助必要の有無を記入)。

レディスもじの講座

①中島俊介先生の心理学講座 11月15日(日)。定先着25人。

②はじめてのハーブ講座 11月28日(土)、12月19日(土)(全2回)。定先着16人。料2500円。

☎電話で①は10月3日、②は6日からレディスもじ(門司区下馬寄、☎371・4649)へ。

高齢者のための筋力向上トレーニング啓発教室

いずれもおおむね12月～来年3月の毎週1回(全11回。各90分)。コースは▶ビートスイミングクラブ門司(門司区高田一丁目)=水曜コース・土曜コース(いずれも15時)。定各コース15人 ▶ルネサンス小倉(小倉駅ビル内)=月曜コース・火曜コース・木曜コース(いずれも16時30分)。定各コース22人 ▶ウイングス城野(小倉南区富士見一丁目)=水曜コース(11時30分)と土曜コース(13時)。定各コース15人 ▶ときわスイミングスクール曾根(小倉南区葛原東三丁目)=火曜コース(10時30分)。定10人 ▶スポーツクラブリフレ(若松区二島二丁目)=火曜コース・金曜コース(いずれも16時)。定各コース25人 ▶さわらびF&Cクラブ(八幡東区西本町四丁目)=火曜コース・水曜コース(いずれも15時15分)。定各コース15人 ▶八幡西生涯学習総合センター折尾分館(八幡西区南鷹見町)=火曜コース(14時)と金曜コース(10時)。定各コース15人 ▶的場池体育館(八幡西区的場町)=水曜コース(14時)と木曜コース(14時30分)。定各コース15人 ▶浅生スポーツセンター(戸畑区浅生二丁目)=火曜コース・木曜コース(いずれも10時)。定各コース20人。☎電話で①は10月3日、②は6日からレディスもじ(門司区下馬寄、☎371・4649)へ。☎電話で①は10月3日、②は6日からレディスもじ(門司区下馬寄、☎371・4649)へ。☎電話で①は10月3日、②は6日からレディスもじ(門司区下馬寄、☎371・4649)へ。

施設の催し

子育てふれあい交流プラザ ☎522・4150

〒802-0001小倉北区浅野三丁目8-1、AIMビル3階 開10～18時(土・日曜日、祝日の利用は事前予約制(当面の間)。詳細は☎を) 休第1・3火曜日

①ママと赤ちゃんのにこにこタイム 保育士による手あそびなど。10月12日(月)11時30～45分。対2歳以下(よちよち歩き)と保護者。料プレイゾーン入場料が必要。

②ベビーマッサージ教室 10月15日(木)13時30分～14時30分。対12カ月までの乳児と保護者。定先着10組。

③パパママ救急教室 子どもの応急手当など。10月21日(火)13～13時40分。対子育て中の人。定先着7人。

☎電話で10月3日から同施設へ。

到津の森公園 ☎651・1895

〒803-0845小倉北区上到津四丁目1-8 開9～17時 休火曜日(祝・休日のときは開園し翌日が休園)

①マジカルハロウィン ハロウィンカラーで園内を彩り、催しを行います。10月1日(木)～31日(土)。▶トリック・オア・トリート=小学生以下の来園者にお菓子を進呈(各日限定100個)。期間中の毎週土曜日9時から ▶※ハロウィンのランタン作り=10月24日(土)13～15時。定先着16組(1組4人程度)。

②This is 鉛筆画 作品展 動物を描いた鉛筆画作品約20点。10月4日(日)～30日(金)。

③秋のファン感謝祭 飼育員による園の裏話など動物に関するイベントを行います。10月11日(日)。

④秋の生き物調査隊 生き物採集を行い、オリジナル図鑑を作ります。10月25日(日)13～15時。定先着3組(1組4人まで)。

☎電話で10月3日から同施設へ。

児童文化科学館 ☎671・4566

〒805-0068八幡東区桃園三丁目1-5 開9～17時(入館は16時30分まで) 休月曜日(祝・休日のときは開館し翌日が休館)

①星の観望の夕べ プラネタリウム観望後、望遠鏡で星空を観察します。10月24日(土)18時30分～20時。対中学生以下は保護者の参加が必要。定先着50人。料入館料が必要。

②なるほどザ・サイエンス「家族で楽しむコロコロ装置」 10月25日(日)9時30分～11時30分。対小学生以上と家族。定5家族。料1家族200円。

③科学教室「万華鏡3面 回転・液体万華鏡作り」 10月31日(土)10～11時30分。対小学生(小学3年生以下は保護者同伴)。定12人。料300円。

☎電話で10月10日から同施設へ。