

★掲載の情報は市のホームページ(アドレスは表紙参照)でもご覧になれます ★申し込みはがき「基本事項」の記入方法は11ページを参照 ★時間は24時間表記

八幡西生涯学習総合センターの北九州市民カレッジ

①心身健康科学講座～サリュートジェネシス(健康創生)を考える 11月4日～12月2日の毎週木曜日18時30分～20時30分。料2500円。

②科学技術のこれまでとこれから 11月9日～12月14日のおおむね毎週火曜日10～12時。料1000円。

③自分を知り よりよく生きる～自分らしく輝くために 11月12日～12月10日の毎週金曜日10～12時。料1000円。

共通全5回。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。定各30人。申①は10月21日、②は26日、③は28日まで。詳細は八幡西生涯学習総合センター☎641・9360へ。ネットも可。

視覚障害者生活教室「冬のスキンケア講座」

テーマは「冬に起こりやすい全身の肌トラブルについて」。11月7日(日)10～12時、東部障害者福祉会館(戸畑駅前、ウエルとばた6階)で。対視覚に障害のある人。定先着8人。申10月17日から点字図書館☎645・1210へ。

薬物乱用・依存の問題で悩む家族のための教室

11月10日～来年3月9日の毎月第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。定10人。初参加の人や個別相談希望の人は前日までに問を。問精神保健福祉センター☎522・8729へ。

北九州市民カレッジ「まちがいだらけの食品選び!」

テーマは「知って得する食品添加物」。11月11日～12月16日のおおむね毎週木曜日(全5回)10～12時、生涯学習総合センター(小倉北区大門一丁目)で。定30人。料2500円。申10月27日まで。詳細は同施設☎571・2735へ。ネットも可。

スケッチ淡彩画講座

11月11日～12月23日の毎月第2・4木曜日(全4回)10～12時、北九州パレス(小倉北区井堀五丁目)で。定先着20人。料2500円(34歳以下は2000円)。別に材料費が必要。申10月17日から同施設☎651・4600へ。

草木染め講座

ビワでストールを染めます。11月13日(日)10時30分～12時30分、環境ミュージアム(八幡東区東田二丁目)で。対18歳以上。定先着8人。料3200円。申10月17日から同施設☎663・6751へ。

北九州市立大学の講座

①「時代の姿・人々の顔」 11月13日～12月25日のおおむね毎週土曜日(全6回)13～14時30分、北九州市立大学北方キャンパスで。定50人。料3000円。

②周望学舎連携DVD講座「健康づくり講座」 北九州市立大学地域創生学群の教員と学生が作成した、シニアの体力アップや健康維持のためのDVDを郵送します。対要支援・要介護認定を受けていないおおむね60歳以上。定30人。料3000円。発送日などの詳細は問を。

共通申はがき(1人だけ)に基本事項を書いて①は11月1日、②は11月9日までに同大学地域連携課(〒802-8577小倉南区北方四丁目2-1、☎964・4194)へ。

福祉用具プラザの講座

①専門職研修「ポジショニング」 11月19日(金)13時30分～15時30分の部と18時30分～20時30分の部あり。総合保健福祉センター(小倉北区馬借一丁目)とオンラインで。対介護・医療・福祉の有資格者。定会場各部15人(オンラインは定なし)。

②なるほど! 介護講座 ▶高齢者とのコミュニケーション=11月26日(金) ▶※介護に助かる! 福祉用具の選び方、使い方=12月3日(金)。②の共通13時30分～15時、総合保健福祉センターで。定各

15人。

共通申①は11月12日、②は19日(※は26日)までに福祉用具プラザ北九州☎522・8721へ。聴覚障害者は☎522・8771も可(基本事項と問・要など介助必要の有無を記入)。

ムーブの講座

①グループワーク「ストレスケアの1・2・3」 人間関係のスキルアップを目指します。11月20日(土)・27日(土)・12月4日(土)(全3回)の10～12時。対女性。定10人。

②父と子の料理教室「クリスマス」 12月18日(土)10～13時30分。対4歳～小学4年生の子と男性の保護者。定4組(1組2人)。料1組1600円。

共通託児(有料)は問を。申①は電話で11月19日までにムーブ相談室☎583・5197へ。②は、はがき(1組だけ)に基本事項、食品アレルギーの有無と食品名、託児希望者は子どもの名前と年齢を書いて10月15日～11月18日にムーブ事業課(〒803-0814小倉北区大手町11-4、☎288・6262)へ。②はネットも可。

自殺未遂者支援者研修「高齢者編」

11月21日(日)10～15時30分、オンライン(ビデオ会議システム「Webex」を使用)で。対高齢者の自殺未遂者の相談支援に携わる人。定50人。申10月18日～11月15日。詳細はいのちとこころの支援センター☎522・8744へ。ネットも可。

医科2級医療事務検定講座

11月22日～来年3月7日のおおむね毎週月・木曜日(全27回)18時20分～20時20分、母子・父子福祉センターで。対ひとり親家庭の親か寡婦。定12人。料教材費8500円(別に検定料が必要)。託児(無料)は問を。申はがき(1人だけ)に基本事項と託児希望者は子どもの名前と年齢を書いて10月25日までに同施設(〒804-0067戸畑区汐井町1-6、☎871・3224)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・休日の利用は事前予約制(当面の間) 休第1・3火曜日

①読み聞かせ「絵本のとびら」 10月26日(火)13～13時15分。対未就学児と保護者。料コーナー入場料が必要。

②ママと赤ちゃんのにこにこタイム 保育士による手遊びなど。10月29日(金)11時30～45分。対2歳以下の乳幼児と保護者(兄弟・姉妹の同伴も可)。料コーナー入場料が必要。

③男2代の子育て講座 おむつ替えや沐浴の実技など。11月7日(日)10時10分～13時30分。対0歳児をもつ父親か祖父(生まれる予定の人も可)。定先着6人。

共通申③は必要。電話で10月17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科学教室「ナイロンテグスでバイオリンを作ろう」 11月6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。

②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。11月13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。

③オーロラトークライブ 天体写真家・中垣哲也さんによるオーロラ上映とトークライブ。11月14日(日)11時・13時30分・15時30分(各1時間)。当日9時から整理券を配布(限定各回130枚)。料入館料が必要。

共通申①②は必要。①は往復はがき(3人まで)に基本事項を書いて10月28日までに、②は電話で10月30日から同施設へ。

子育て応援! 北九州 Vol.7

女性の「働く」を応援します ウーマンワークカフェ北九州

ウーマンワークカフェ北九州は、出産や子育てでキャリアを中断したものの、もう一度働きたいと思っている女性や仕事・子育て・介護を両立しながら活躍したいと考えている女性などをサポートする施設です。今年で開設5周年を迎え、これまでに、延べ7万人以上の人に利用いただきました。

「仕事を探したい」「仕事を始めたいけど、子どもの預け先はどうしよう」「趣味が仕事になるのかな?」など、女性の『働く』の悩みを無料で相談できます!

授乳室やキッズコーナーもありますので、お子さんを連れてお気軽にご来場ください。電話での相談もできます。

開設5周年記念イベント「女性の『はたらく』応援フェスタ」

テレビなどで活躍中の医師・友利新さんが、自身の子育ての経験と仕事との両立を語るトークショー(詳細は問を)をはじめ、県内企業による就職相談会、女性起業家マルシェ、パパやお子さん向けのイベントなど盛りだくさんでお届けします。

日時 11月3日(祝)13～16時30分

場所 AIMビル3階(小倉駅北側)



▲ホームページはコチラから



▲友利 新さん

問ウーマンワークカフェ北九州☎551・0092



福岡市の催し

福岡市と情報交換をしています。

The Creators

多数のアーティストによる音楽ライブや音と映像で遊べる体験型デジタルアート展など。10月23日(土)・24日(日)、福岡市役所西側ふれあい広場や福岡市科学館などで。オンライン配信もあり。料一部有料。詳細はThe Creatorsホームページ(https://the-creator.jp)をご覧ください。問福岡市経済観光文化局コンテンツ振興課☎(092)711・4329へ。