

5/15
2022
令和4年

こくら南



【平尾台】
新緑の季節を迎えます。

編集 小倉南区役所総務企画課 ☎951・1024 ☎951・5553

- 時間は24時間表記。
- 料金について記載のない催しは入場無料(参加無料)。
- はがき・往復はがき・電子申請の応募方法は11ページを参照。
- =申し込み 問=問い合わせ
- 共通=共通の内容 担=市の担当課
- ネット=ネット窓口(電子申請)

掲載の催しなどは、新型コロナウイルスの感染拡大の状況などによっては、変更・中止となる場合があります。

無料相談

山田地域交流センターの人権法律相談 6月9日(木)13時30分～16時30分、山田地域交流センター(小倉北区篠崎五丁目)で。先着6人。■6月2日9時から同施設☎581・4159へ。

地域交流センターの講座

北方(〒802-0841小倉南区北方三丁目31-1、☎931・6594)

パソコン初級 7月1～19日の毎週火・金曜日(全6回)10～12時。教材費800円。

エクセル基礎 7月4日～8月8日のおおむね毎週月・木曜日(全10回)13時30分～15時30分。教材費2200円。

■共通対象は18歳以上(高校生は除く)。定員各10人。■往復はがき(1人だけ)に基本事項を書いて6月15日までに同センターへ。

ほっとステーション小倉南推進協議会講演会

製鉄記念八幡病院理事長・土橋卓也さんによる「今日から始める血圧管理～赤ちゃんから高齢者まで皆で延ばそう健康寿命」についての講話。12月31日(土)までYouTube配信とDVD貸し出しで。詳細は問を。問小倉南区

役所保健福祉課☎923・7002へ。

小倉南体育館のスポーツ教室

やさしいエアロ&エクササイズ エアロビクスを中心とし、ボールなどを使ったエクササイズと合わせ基礎体力の向上を目指します。5月18日～6月29日の毎週水曜日(全7回)9時30分～11時。先着12人。参加費3850円(体験費550円)。

スポーツリズムトレーニング リズムに合わせて楽しく運動するだけでリズム感を高め、子どもの運動能力を自然と向上させるクラスです。5月18日～6月29日の毎週水曜日(全7回)。

▶キンダークラス=16～16時45分。対象は年中・年長 ▶キッズクラス=17～18時。対象は小学1～3年生。先着各クラス20人。参加費7700円(体験費550円)。

かんたん筋トレ&ストレッチ 体幹部分を自重やチューブを使って鍛え、ストレッチで血流を促進し、肩こりや腰痛改善を目指します。5月20日～6月24日の毎週金曜日(全6回)11時30分～12時30分と19～20時。先着各12人。参加費3960円(体験費550円)。

健康バドミントン バドミントンを通して運動不足解消や筋力・体力アップを目指すクラスです。5月24日～6月28日の毎週火曜日(全6回)11～13時。先着12人。参加費4620円(体験費550円)。

はじめてのピラティス インナーマッスルを鍛え、機能改善につなげる

交通安全の黄色い傘を寄贈いただきました!

福岡県トラック協会小倉支部様から、小倉南区内の各小学校の新一年生を対象に、黄色い傘の寄贈をいただきました。寄贈品は、各クラスの置き傘として、また、交通安全のシンボルとして活用されます。

問小倉南区交通安全推進協議会(小倉南区役所総務企画課内) ☎951・1024へ。

エクササイズです。5月24日～6月28日の毎週火曜日(全6回)12時30分～13時30分。先着12人。参加費4620円(体験費550円)。

■共通詳細は同施設に問を。■5月17日から小倉南体育館(日の出町二丁目)☎963・2675へ。

ソフトバレーボール大会

6月12日(日)9～14時、曾根体育館(下曾根四丁目)で。▶さわやかクラス=対象は40歳以上の男女各4人以内 ▶はつらつクラス=対象は18歳以上の男女各4人以内(学生は除く) ▶レディースクラス=対象は18歳以上の女性8人以内(学生は除く)。■共通先着各クラス10チーム。参加費1チーム1000円。■5月18日から小倉南区役所コミュニティ支援課☎951・4115へ。

初級者テニス教室

▶火曜教室=7月5日～9月6日の毎週火曜日10～12時(午前の部)と13～15時(午後の部) ▶水曜ナイター教室=7月6日～9月7日の毎週水曜日19～21時 ▶土曜教室(初心者)=7月2日～9月3日の毎週土曜日12～14

時。火曜教室と水曜ナイター教室には初心者も含む。■共通全10回。文化記念庭球場で。対象は18歳以上(学生は除く)。定員は各教室30人。受講料8200円。■往復はがきに基本事項と経験の有無を書いて6月1日までに同庭球場(〒800-0225小倉南区田原五丁目1-2、☎472・4693)へ。

防災スピーカーのテスト放送をします

5月18日(木)11時頃、全国瞬時警報システム(Jアラート)の全国一斉情報伝達訓練の一環として、区内沿岸部を中心に設置している防災スピーカー7本のテスト放送を行います。荒天中止。問危機管理室危機管理課☎582・2110へ。

特設人権相談所を開設

6月1日(水)は、「人権擁護委員の日」です。いじめや差別、隣近所とのトラブル、家庭内のもめごとなど、人権問題全般の相談に人権擁護委員が応じます。6月3日(金)10～15時、小倉南生涯学習センター(小倉南区役所横)で。問法務局北九州支局・北九州人権擁護委員協議会☎561・3542へ。

健康だより

申し込み・問い合わせ先 小倉南区役所保健福祉課 ☎951・4125

7月の集団検診(特定健診・若者健診・各種がん検診・骨粗しょう症検診・肝炎ウイルス検査など)は6月3日(金)9時から予約を受け付けます(先着順)。日程などについては、北九州市保健福祉局健康推進課のホームページをご覧ください。個別に医療機関で受けることができる検診があります。詳細は問を。

種類	対象	料金	定員	実施日	時間	会場	■
元気で長生き食卓相談 (介護予防や生活習慣病予防などの食生活に関する相談)	おおむね65歳以上	無料	先着8人	6月1日(水)	10～15時	小倉南生涯学習センター (小倉南区役所横)	5月17日から ☎951・4125へ
食生活相談 (生活習慣病予防などの食生活に関する相談)	おおむね65歳未満			6月7日(火)			



本紙は古紙パルプを含む再生紙を使用しています。