

**11/15**  
2022  
令和4年

こくら南



【平尾台のスキ】

●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)

編集 小倉南区役所総務企画課 ☎951・1024 ☎951・5553

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** 12月8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。対象は18歳以上。先着6人。■12月1日9時から同施設 ☎581・4159へ。

**全国一斉「女性の人権ホットライン」強化週間**

夫・パートナーからの暴力、職場でのセクハラ、ストーカーなど、女性に関する人権問題について、法務局職員や人権擁護委員が相談に応じます。11月18日(金)～24日(木)の8時30分～19時(19日(土)・20日(日)・23日(祝)は10～17時)。専用電話は ☎0570・070・810。相談無料。問福岡法務局人権擁護部 ☎(092)739・4151へ。

**曾根出張所でのオンライン相談(実証実験)**

小倉南区役所で行っている下記の相談業務については、曾根出張所でも相談できます。保育サービス全般の相談=11月22日(火)・29日(火)の9時30分～11時30分。問小倉南区役所保健福祉課 ☎951・1032へ。

**しっとり秋を感じる「梨の湯」**

11月19日(土)・20日(日)の9時30分～15時30分、新門司老人福祉センター「まつがえ荘」(門司区新門司三丁目、

☎481・3951)で。対象は60歳以上。入館料200円。駐車場あり。無料送迎バス(吉田・沼方面)あり。運行時間や駐車場所などの詳細は同施設に問を。



▲普通の大浴場

**自衛隊制度説明会**

11月20日(日)・12月4日(日)(各日2回開催)。▶就職説明=13時30分～14時50分 ▶高等工科大学説明=15～16時30分。共通自衛隊福岡地方協力本部北九州出張所(北方五丁目)で。対象など詳細は問を。問北九州出張所 ☎963・7728へ。

**小倉南区文化祭 バレエフェスティバル**

11月20日(日)14～17時30分、北九州芸術劇場(リバーウォーク北九州6階大ホール)で。入場料2000円。問小倉南区役所コミュニティ支援課 ☎951・4115へ。

**小倉南体育館のスポーツ教室**

**健康バドミントン教室** 基礎の動きを身につけながら、運動不足解消や筋力・体力アップを目指します。11月22日～12月27日のおおむね毎週火曜日(全5回)11～13時。対象は18歳以上。先着20人。参加費3850円(体験費550円)。

**シニア健康教室** ウォーキングやストレッチ、ゲームを取り入れた運動です。11月22日～12月27日の毎週火曜日(全6回)14～16時。対象は65歳以上。先着100人。参加費2400円(体験費550円)。

**カワイ体育教室** いずれも11月22日～12月27日のおおむね毎週火曜日(全5回)。▶年中～年長クラス=16～17時 ▶小学1～6年生クラス=17～18時。共通先着各20人。参加費7425円(体験費550円)。

**すこやかママ'Sフラ** 子育てママが気軽に集え、笑顔と清々しい運動習慣を身につける、子どもと一緒に参加できるフラダンスクラスです。11月24日～12月22日の毎週木曜日(全5回)10～11時30分。18歳以上の女性(子どもの同伴も可)。先着10組。参加費5500円(体験費550円)。1回だけの参加も可(料金1650円)。前日までに問先へ。

**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。11月25日～12月23日の毎週金曜日(全5回)。11時30分～12時30分の部と19～20時の部あり。対象は18歳以上。先着各部14人。参加費3300円(体験費550円)。

共通詳細は同施設に問を。■11月17日から小倉南体育館(日の出町二丁目) ☎963・2675へ。

**職場定着講座 ～長く働くコツ**

11月29日(火)13～15時、ウェルとばた8階(戸畑駅前)で。対象は再就職活動中の人(新卒は除く)。先着10人。

■11月17日から高齢者就業支援センター ☎882・5400へ。

**地域交流センターの講座**

①山田(〒803-0861小倉北区篠崎五丁目9-1、☎581・4159) ▶X'mas フライドチキン料理=12月15日(木)10～12時。対象は18歳以上。定員7人。材料費1500円。

②總田(〒802-0822小倉南区横代東町二丁目1-1、☎961・0964) ▶筆ペン=筆ペンで美しい文字の書き方を学びます。来年1月11日～3月15日の毎週水曜日(全10回)10～12時。定員15人。筆ペンが必要 ▶基礎から学ぶスマホ=スマホの基本操作を学びます。来年1月11日～2月8日の毎週水曜日(全5回)14～16時。定員10人。スマートフォンが必要。

共通■往復はがき(1人だけ)に基本事項を書いて①は11月28日、②は12月2日までに各施設へ。

**初級者テニス教室**

▶火曜教室(初心者も含む)=来年1月10日～3月14日の毎週火曜日。10～12時の部と13～15時の部あり ▶土曜教室(初心者)=来年1月7日～3月11日の毎週土曜日12～14時。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12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。

**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

1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12月5日(月)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か区役所保健福祉課に問を。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	■
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64歳以下	無料	先着8人	12月6日(火)	10～15時	小倉南生涯学習センター (小倉南区役所横)	11月17日から ☎951・4125へ

