

# 6/1

2023  
令和5年

# やはた東



南河内橋(河内貯水池)

●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。  
甲=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 八幡東区役所総務企画課 ☎661・0039 FAX681・0314

### 無料相談

**法律人権相談** 金銭、土地、親族、人権問題などの相談に弁護士か人権擁護委員が応じます。6月8日(木)13時30分～16時30分、八幡東区役所で。先着12組。甲6月7日8時30分から八幡東区役所総務企画課☎661・0039へ。

**行政相談** 行政相談委員が応じます。6月15日(木)13～15時、八幡東区社会福祉センター(西丸山町)で。問八幡東区役所総務企画課☎661・0039へ。

**高齢者・障害者あんしん法律相談** 弁護士が応じます。6月15日(木)13～17時、八幡東区役所で。対象はおおむね65歳以上の高齢者や障害のある人と家族など。甲6月12日までに八幡東区役所「高齢者・障害者相談」コーナー☎671・4800へ。

**交通事故相談** 交通事故相談員が応じます。6月19日(月)10～16時、八幡東区社会福祉センターで。甲6月16日15時30分までに安全・安心相談センター(交通事故相談)☎582・2511へ。事前に予約が必要。

**子育て女性就職支援センターの出張相談** 専門コーディネーターが応じます。6月27日(火)10時10分～15時10分、子どもの館(黒崎駅西側、コムシティ7階)で。対象は女性の求職者。定員4人。甲6月5～23日に福岡県子育て女性就職支援センター☎533・6637へ。

**高齢者等住宅相談** 介護の必要な高齢者や障害のある人などのための住まいづくりや住宅改造など。八幡東区役所で。随時。甲事前に八幡東区役所「高齢者・障害者相談」コーナー☎671・4800へ。

### 的場池体育館の運動体験教室

**ピラティス** 体の深層部にあるインナーマッスルを強化し、体全体のバランスを整えます。6月19日(月)。

**はじめてのバレトン** バレエ・ヨガ・フィットネスといった三種類の運動を組み合わせる有酸素系のプログラム。6月22日(木)。受講料1000円。

共通13～14時、的場池体育館(八幡西区の場町)で。対象は18歳以上。先着各15人。甲6月3日からの的場池スポーツ施設管理事務所☎631・0180へ。

### 親子体操教室「コアくらぶ」

リズムダンスや運動遊びを親子で体験します。6月26日(月)10時30分～11時30分、レインボープラザ(中央二丁目)で。対象は1歳以上の未就学児と保護者。先着10組。受講料1組200円。飲み物(水分補給)とタオルが必要。甲6月5日から北九州市福祉事業団☎682・0001へ。

### 本城陸上競技場の教室

**体幹ヨガ教室** 7月3日～9月25日のおおむね毎週月曜日11時30分～12時40分。定員10人。

**コアコンディショニング教室** 7月4日～9月12日のおおむね毎週火曜日9時30分～10時30分。定員5人。

**ツボストレッチ教室** 7月4日～9月12日のおおむね毎週火曜日①10時40分～11時40分と②11時50分～12時50分あり。定員は①若干名②10人。

**近藤美鈴先生の歌って手話教室** 7月5日～9月13日のおおむね毎週水曜日9時30分～10時30分。定員10人。

### フィットネスズンバ教室

7月6日～9月28日のおおむね毎週木曜日9時30分～10時30分。定員5人。

共通全10回。本城陸上競技場(八幡西区御開四丁目)で。対象は18歳以上。受講料5000円。甲教室ごとに往復はがき(2人まで)に基本事項を書いて6月23日までに本城体育施設管理事務所(〒807-0806八幡西区御開四丁目16-1、☎692・0886)へ。

### 図書館だより

6月

休館日は毎週月曜日と30日(金)。  
八幡図書館☎671・1123  
朗読講座「思いを声にのせて」 17日

(出)10～12時。対象は中学生以上。先着15人。  
**歴史講座** 18日(日)14～15時30分。先着15人。  
**「絵本っていいな」おはなし会** 18日(日)14時30～50分。先着6組。  
**※おりがみ教室** 24日(土)10～12時。定員15人。  
共通甲3日から(※は3日だけ)同施設へ。



### 老人クラブ会員募集中

人生100年時代、高齢者が高齢者を見守りみんなではつらつと元気に明るく楽しい街にしましょう。参加資格はおおむね60歳以上です。

問八幡東区老人クラブ連合会(八幡東区役所東別館内)☎671・6188へ。

### 「健康コーナー」をご利用ください!

高血圧は脳血管疾患などのリスクを高めます。そこで、八幡東区役所本館1階に、皆さんが気軽に血圧測定ができ、減塩について学べる「健康コーナー」を開設しています。希望者には栄養士、保健師による健康相談も行います。ぜひご利用ください。問八幡東区役所保健福祉課☎671・6881へ。

毎日血圧を測って、自分の血圧を知ることが大切です

健康だより

小さな努力 無理せず続けて  
フレイル予防

甲・問:八幡東区役所保健福祉課  
☎ 671・6881

種類	対象	料金	定員	実施日	時間	会場	申
離乳食教室(前期) (離乳食の話と試食、個別相談)	おおむね生後6カ月までの乳児と保護者	—	10組	7月5日(水)	13時15分～15時	八幡東区役所東別館	6月5～29日 インターネットも可
食生活相談 (食事に関する個別相談)	64歳以下	—	4人	7月6日(木)	10、11、13、14時 (各1人)	八幡東区役所東別館	6月5日～7月3日