

対=対象 定=定員、定数 料=料金、費用 ※料金について記載のない催しは入場無料(参加無料) 開=開所時間 休=休所日 申=申し込み 問=問い合わせ
 共通=共通の内容 手=手話通訳 要=要約筆記 担=市の担当課 F=FAX ネット=市のホームページから申し込みができます

AGI成長戦略フォーラム

(株)テムザック代表取締役議長・高本陽一さんによる講話「WORKROID WE CREATE～新しい発想でつくる、ロボットと共にある未来のカたち」。1月18日(木)14～15時30分、AIMビル3階(小倉駅北側)で。定100人。申1月16日まで。詳細はアジア成長研究所(AGI) ☎583・6202へ問を。

歴史講演会「創建四百年 遠賀川流域を支配した直方藩」

講師は直方郷土研究会会長・牛嶋英俊さん。1月20日(土)15～17時、旧百三十銀行ギャラリー(八幡東区西本町一丁目)で。定先着50人。料300円。申12月17日から同施設 ☎661・9130へ。

栄養ラボ 食に関する講演会

歯科衛生士による講話「ご存じですか? オーラルフレイル」と管理栄養士による講話「フレイル予防～食事にちよい足しで栄養アップ」。1月23日(火)13時30分～15時、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。対おおむね65歳以上。定30人。申往復はがき(1人だけ)に基本事項を書いて12月17日～1月12日に認知症支援・介護予防センター(〒802-8560小倉北区馬借一丁目7-1、☎522・8765)へ。ネットも可。

市民公開講座「あなたの知らない市立医療センター」

テーマは「白くないのに白内障?」「恐怖! たばこの害」など。1月27日(土)14～16時、総合保健福祉センター2階(小倉北区馬借一丁目)で。問を希望する人は1月19日までに問を。問市立医療センター事務局経営企画課 ☎541・1831、☎533・8693へ。

メンタルヘルスの不調を抱える人への関わり方

メンタルヘルスに関する基本的な知識と対応方法についての講演。2月3日(土)14～15時30分、オンライン(ビデオ会議システム「Zoom」を使用)で。定80人。料一般1500円、学生500円。申1月27日までにネット。問NPO法人PLANET ☎923・9240へ。担精神保健福祉センター ☎522・8729。

募集

「市長と語ろう! みらいミーティング」の参加者を募集

テーマは「にぎわいづくり、観光・文化・スポーツ、子育て・高齢者支援など、日頃から取り組んでいる活動」。ミーティングは1～3月(月1～2回予定、各回1グループ50分程度)、市役所で。対12歳以上。市内在住か在学・在勤または市内で事業活動やまちづくりに関する活動を行っているグループ(各グループ5人まで)。申申込書に市長に話したい「活動」など必要事項を書いて、12月15～27日に郵送、ファクスで〒803-8501 広報室広聴課(☎582・2527、☎582・3117)へ。申込書などの詳細は問を。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。ネットも可。

北九州市立特別支援学校 高等部の学生を募集

いずれも入学は4月から。募集は門司総合(※)・小倉北・小倉南・小池・八幡・小倉総合・八幡西の特別支援学校(訪問教育は小倉南・小倉総合・八幡西特別支援学校)。選考は2月16日(金)(※の職業専門コースは2月19日(月))。申1月

29日～2月2日。詳細は教育委員会特別支援教育課 ☎582・3448へ問を。

ねんりんピック鳥取大会(囲碁・将棋)の選考会

来年10月19日(土)～22日(火)、鳥取県で開催される全国健康福祉祭「ねんりんピック」の選考会・区予選会を開催します。予選は▶八幡西区=1月18日(木)10時から、コムシティ2階(黒崎駅西側)で。料1000円 ▶小倉北区=1月19日(金)10時から、小倉北シニアサークル連合会事務局(小倉北区弁天町)で。料1000円 ▶八幡東区=1月19日10時から、八幡東区役所東別館で。料1000円 ▶小倉南区=1月21日(日)10時から、小倉南生涯学習センター(小倉南区役所横)で。料1000円 ▶戸畑区=1月23日(火)10時から、鞘ヶ谷市民センター(戸畑区西鞘ヶ谷町)で。料1000円。門司区、若松区は本戦だけ(予選なし)。共通対60歳以上。予選後の本戦は、2月20日(火)10時から、ウェルとばた2階(戸畑駅前)で。申戸畑区は12月20日、八幡西区は12月22日、八幡東区は12月26日、小倉南区は12月27日、小倉北区は1月12日、門司区、若松区は1月26日まで。詳細は各区老人クラブ連合会事務局(各区役所内)、小倉北区は同区シニアサークル連合会事務局 ☎591・8611へ問を。担保健福祉局長寿社会対策課 ☎582・2407。

地域密着型特別養護老人ホームの入居者を募集

入居は5月から。施設は(仮称)にしぞの(若松区西園町)。対北九州市の介護保険被保険者で原則、要介護3以上の認定を受け、居宅介護を受けることが困難なおおむね65歳以上の人(要介護1・2の人は要相談)。定29人。料所得などに応じて月額6万円～15万円。申12月15日～3月15日。詳細は保健福祉局介護保険課 ☎582・2771へ問を。

スポーツ

わくわく体験スポーツ教室「小学生アイススケート体験」

アイススケートの1日体験ができます。12月17日(日)～2月12日(木)(12月29日～1月4日は除く)の10～20時、北九州アイススケートセンター(小倉駅北側、西日本総合展示場本館内)で。対小学生。市内各小学校で配布される無料招待券が必要。詳細は同時に配布されるチラシをご覧ください。申12月17日から北九州アイススケートセンター ☎513・2202へ。担市民文化スポーツ局スポーツ振興課 ☎582・2395。

総合体育館の個人利用日

日程(一部利用できない時間帯あり)は、12月18日(月)～22日(金)。料使用料が必要。利用可能な種目・時間は総合体育館(八幡東区八王寺町、☎652・4001)へ問を。

ベリーエクササイズ教室

ゆっくりとした動きで体幹を鍛えます。1月5日以降の毎週金曜日(おおむね月4回)10～11時、第一警備スポーツセンター戸畑(戸畑区浅生二丁目)で。対18歳以上の女性。定先着10人。料月額4400円。申12月18日から。詳細は同施設 ☎883・5501へ問を。

スポーツ協会のスポーツ教室

①ストレッチ教室 ▶水曜教室=1月10日～2月28日の毎週水曜日 ▶月曜教室=1月15日～3月18日のおおむね毎週月曜日 ▶木曜教室=1月18日～3月7日の毎週木曜日。①の共通10～11時の部と14時15分～15時15分の部あり。対40歳以上。定各教室各部20人。料2200円。②男性のためのフィジカルトレーニング教室 1月16日～3月5日の毎週火曜日13時30分～15時。対50歳以上の男性。定15人。料4400円。

共通全8回。総合体育館(八幡東区八王寺町)で。申往復はがき(1人だけ)に基本事項を書いて12月26日までに北九州市スポーツ協会(〒805-0011八幡東区八王寺町4-1、☎652・5007)へ。

シニア健康体操教室

ストレッチや簡単なエアロビクスなど。1月15日～3月18日の毎週月曜日(全10回)10～11時30分、ミクニワールドスタジアム北九州(小倉駅北側)で。対60歳以上。定先着20人。料5000円。申12月18日から同スタジアム ☎521・2020へ。

新春卓球大会

いずれも1月21日(日)9～17時、北九州パレス(小倉北区井堀五丁目)で。▶シングルス=定先着男女各24人 ▶ダブルス=定先着男女各12組。共通対15歳以上(中学生は除く)。料1人1種目600円。申電話で12月19日10時から同施設 ☎651・4600へ。

「ひとり親コンシェルジュ」にご相談ください

担子ども家庭局子育て支援課 ☎582・2410

各区役所では「ひとり親コンシェルジュ」が、ひとり親家庭の生活の安定に向けた相談に応じています。平日や日中に区役所へ行くことができない人には、母子・父子福祉センターの「訪問支援員」が訪問相談やオンライン相談などに応じています。

ひとり親コンシェルジュ

相談日時

月～金曜日(祝・休日、12月29日～1月3日は除く)の8時30分～17時

相談場所

- 各区役所保健福祉課「子ども・家庭相談コーナー」
- 門司区 ☎332・0115
 - 小倉北区 ☎563・0115
 - 小倉南区 ☎951・0115
 - 若松区 ☎771・0115
 - 八幡東区 ☎661・0115
 - 八幡西区 ☎642・0115
 - 戸畑区 ☎881・0115



訪問支援員

相談日時

月～金曜日(祝・休日、12月29日～1月3日は除く)の9時30分～20時30分と日曜日(祝・休日、12月31日は除く)9時30分～18時

相談方法

- ①訪問相談
- ②オンライン相談
- ③電話相談



▲オンライン相談の申し込みはコチラから

問母子・父子福祉センター ☎871・3224