

1/15
2026
令和8年

こくら南

編集 小倉南区役所総務企画課 ☎951-1024 FAX951-5553



[冬の平尾台]雪景色の羊群原

●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=申し込み 圖=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)

2月の無料相談

貴船地域交流センターの人権法律相談 12日(木)13時30分~16時30分、貴船地域交流センター(小倉北区東篠崎一丁目)で。先着6組。申2月5日9時から同施設☎921-5303へ。

高齢者・障害者あんしん法律相談 12日(木)13~17時、小倉南区役所で。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。申9日までに小倉南区役所「高齢者・障害者相談」コーナー☎952-4800へ。

わくわく食育・健康ひろば

食育SAT(普段の食事バランスを診断)、ベジチェック®(推定野菜摂取量を測定)や血圧測定、栄養相談・健康相談などを行います。1月29日(木)13時30分~15時、小倉南区役所曾根出張所で。問同区役所保健福祉課☎951-4125へ。

もしもの時の食の備え 備蓄ごはん教室

栄養士による備蓄食品を使った調理実習。2月18日(木)10~13時、小倉南生涯学習センター(小倉南区役所横)で。

先着20人程度。申1月19日から小倉南区役所保健福祉課☎951-4125へ。

スマホ活用講座

2月26日~3月12日の毎週木曜日(全3回)13時30分~15時30分、北方地域交流センターで。対象は18歳以上(高校生は除く)。定員10人。教材費400円。スマートフォンが必要。申往復はがき(1人だけ)に基本事項を書いて1月28日までに同施設(〒802-0841小倉南区北方三丁目31-1、☎931-6594)へ。

北九州若者サポートステーションが 城野出張所を開設

専門スタッフが就労に向けたカウンセリングを行います。「就職に向けて動きたいけど一步が踏み出せない」「人と関わるのが苦手」など悩みを抱えている人はご相談ください。1月20日~3月17日の毎月第3火曜日10~16時(1人50分)、城野市民センター(富士見三丁目)で。対象は15~49歳の求職者。申1月実施分は1月19日まで、2・3月実施分は希望日の1週間前までに北九州若者サポートステーショ

ン☎512-1871へ。担産業経済局雇用・産業人材政策課☎582-2419。

大庭産業アリーナ小倉南の スポーツ教室

①**Kidsはじめてダンス** ダンスの基礎を学びます。1月20日~3月24日のおおむね毎週火曜日(全8回)16時45分~17時30分。対象は4歳~小学生。先着12人。受講料1万1000円(体験費1375円)。

②**Kidsフィットネス** 格闘技の動きとキッズ向けヨガ。1月21日~3月18日のおおむね毎週水曜日(全8回)17~17時45分。対象は小学生。先着12人。受講料1万1000円(体験費1375円)。



③**大人ダンス部** 1月19日~3月23日のおおむね毎週月曜日(全9回)13~14時。対象は50歳以上。先着12人。受講料6930円(体験費770円)。

④**ジュニア体育教室** いずれも1月20日~3月17日の毎週火曜日(全9回)。

▶年中~年長クラス=16~17時 ▶小学生クラス=17~18時。④の**共通**先着各クラス20人。受講料1万2375円(体験費1375円)。



⑤**やさしいヨガ** 基本のポーズをゆっくり行います。1月23日~3月27日のおおむね毎週金曜日(全9回)。10~11時の部と12時45分~13時45分の部あり。対象は18歳以上。先着各部12人。受講料6930円(体験費770円)。

共通要約筆記あり。詳細は同施設に問を。申電話で1月17日から大庭産業アリーナ小倉南(日の出町二丁目、☎963-2675)へ。聴覚に障害のある人はFAX963-2675も可。

備えるって難しい。 だから“日常ができる備え”を

平成7年1月17日に阪神・淡路大震災が発生してから30年以上が経過しました。毎年1月17日は「防災とボランティアの日」です。近年、日本各地で地震や大規模災害が相次いでおり、私たちはいま一度、先人が残した教訓について向き合う必要があります。

昨年3月には、**南海トラフ地震**の被害想定が改定されました。

- | | |
|------------------------------------|-----------------------|
| ・ 発生確率(30年以内) | 70%~80% → 80%へ |
| ・ 最大津波高<小倉南区> | 3.2m → 4.0mへ |
| ・ 浸水エリア(30cm以上)<小倉南区> | 40ha → 170haへ |

また、北九州市には福智山断層・小倉東断層が存在し、いつ小倉南区へ影響を及ぼす地震が発生するか分かりません。災害への備えは大切だと分かっていても、「何から始めればいいか分からない」「続けられない」、そんな声がよく聞かれます。

そこで小倉南区では、「防災アクション+α」ユニット結成し、「備えない防災(フェーズフリー)」の考え方を広めています。

問小倉南区役所コミュニティ支援課(防災担当)☎951-0201へ。



備えない防災(フェーズフリー) “いつも”を“もしも”に

行政・企業・NPO団体・キッチンカーで取り組む「自助・共助」の防災啓発ユニットです。「備えない防災(フェーズフリー)」に共感する企業などと協働し、市民や企業を対象としたイベントなどを行っています。セミナーや防災物品の展示・販売などにより防災啓発を推進し、地域の防災力強化に取り組んでいます。

また、Instagramアカウントでも日々から備えない防災について情報発信をしています。お役立ち情報をぜひチェックしてください!

「防災アクション+α」は、決して“備えなくてよい”という意味ではありません。むしろ、日々からの備えをさらに高め、“究極の備え”を目指す取り組みです。



▲Instagram
アカウント
はこちら