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）　申＝申し込み　問＝問い合わせ　開＝開所時間
休＝休所日　手＝手話通訳　要＝要約筆記　F＝FAX　担＝市の担当課　共通＝共通の内容　★申し込みはがき「基本事項」の記入方法は11ページを参照

心のサポーター養成研修

メンタルヘルスについての知識や、人の悩みを聴くスキルを習得します。12月4日㈮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。定先着50人。申11月4日からネットで。問保健福祉局精神保健・地域移行推進課☎582・2839へ。

災害ボランティア養成講座

災害時の基礎知識について学びます。12月5日㈯13時30分～15時30分、門司生涯学習センター（門司区栄町）で。定40人。申11月4～20日に北九州市社会福祉協議会活動推進課☎881・6321へ。

ユースステーションの講座

お菓子作り教室　マジパン（練って加工することができる洋菓子）を使用してクリスマスのお菓子を作ります。12月5日㈯14時30分～16時、ユースステーション（黒崎駅西側、コムシティ地下1階）で。対中学生以上の学生。定先着14人。

ラジオパーソナリティ体験　ラジオの仕組みや番組の作り方を学び、実際にパーソナリティとして生放送に挑戦します。12月13日㊐11～13時、エアーステーションヒビキ（若松区ひびきの）で。対中学生。定先着5人。

共通 申11月3日からユースステーション☎621・0132へ。

ステンドグラス講座「干支のひつじ」

12月12日㈯10～13時、北九州パレス（小倉北区井堀五丁目）で。定先着13人。料8500円。申電話で11月3日9時から同施設☎651・4600へ。

黒崎商店街つながるリレー講座「冬の薬膳メニュー」

スペアリブと根菜の煮込み、鹹豆漿を作ります。12月12日㈯10時30分～12時30分、西部障害者福祉会館（黒崎駅西側、コムシティ5階）で。薬膳素材のおみやげもあり。対障害のある人。定16人。料2000円。申12月2日までに同会館☎645・1300へ。聴覚に障害のある人はF645・1600も可（基本事項と手・要など介助必要の有無を記入）。ネットも可。

じぶんだけの「縁起熊手」作り

12月13日㊐10～12時、東部障害者福祉会館（戸畑駅前、ウェルとばた6階）で。対障害のある人。定8人。料800円。申11月5～28日に同会館☎883・5550へ。聴覚に障害のある人はF883・5551も可（基本事項と手・要など介助必要の有無を記入）。ネットも可。

北九州市民カレッジ

❶自分を知り、人を知り、よりよい関係を築く　来年1月5日㈫13時30分～15時30分と1月19日㈫13時30分～17時30分と2月2日㈫13時30分～16時30分（全3回）、生涯学習総合センター（小倉北区大門一丁目）で。定24人。料2000円。

❷地域を面白くする“Local good”な人たち　まちづくりに取り組む人などを紹介します。来年1月13日㈬・27日㈬、2月10日㈬・24日㈬、3月17日㈬（全5回）の19～21時、cafe causa（小倉北区浅野二丁目）などで。定20人。料2000円（1～4回目はカフェなどでの飲み物代が別に必要）。

❸キラリ輝く 若者たちのストーリー　芸術・文化・スポーツなどの分野でハンディを共にして活躍している若い世代による講話。来年1月14日㈭・21日㈭・28日㈭、2月4日㈭・18日㈭（全5回）の14～16時、西部障害者福祉会館（黒崎駅西側、コムシティ5階）で。定20人。料2000円（2回目は化粧体験材料費が別に必要）。

共通 申❶は12月9日、❷は12月16日、❸は12月17日まで。ネットも可。詳細は生涯学習総合センター☎571・2735へ問を。

講演会

タカミヤ・マリバー環境保護シンポジウム

自然環境保全団体の表彰や東京大学先端科学技術研究センター准教授・鈴木俊貴さんによる講演「僕には鳥の言葉がわかる～生き物を通じて自然を理解する」など。11月7日㈯9時30分～12時、商工貿易会館（小倉北区古船場町）で。申不要。問タカミヤ・マリバー環境保護財団☎661・3194へ。担環境局環境学習課☎582・2784。

市民公開講座「整形外科の先生と学ぼう、骨と関節の健康」

産業医科大学整形外科学教授・酒井昭典さんによる講話「あなたの骨は大丈夫?～知っておきたい骨粗しょう症」、同大学スポーツ医学講座教授・内田宗志さんによる講話「トップアスリートへの最新治療が、あなたの治療になる～スポーツ整形外科が切り拓く未来」、同大学整形外科学准教授・鈴木仁士さんによる講話「仕事や趣味を楽しむためのワンポイントアドバイス～ロコモティブシンドロームについて」。11月29日㊐13～15時、商工貿易会館（小倉北区古船場町）で。講演後に健康相談もあり。定300人。申11月29日までにネットで。問北九州臨床整形外科医会事務局フェリシア福岡病院☎616・0753へ。担保健福祉局地域医療課☎582・2678。

北九州市青少年育成大会

臨床心理士・シャルマ直美さんによる講演や戸畑高等学校書道部の書道パフォーマンス、北九州市少年補導委員連絡協議会表彰式など。11月29日㊐14～16時30分、戸畑市民会館（戸畑駅前、ウェルとばた3階）で。定300人。申11月20日までにネットで。問戸畑区役所コミュニティ支援課☎871・1502へ。

国連ウィメン日本協会北九州講演会

ウガンダの女性たちの経済的自立を支援する活動グループBereesera（ベレッセラ）代表の吉野あかねさんによる講話「一針一針未来をつくる～ウガンダの女性たちと歩んだ手仕事の物語」。12月6日㊋14～15時30分、ムーブ（小倉北区大手町）とオンライン（「Zoom」を使用）で。定会場先着50人、オンライン先着100人。申11月4日からアジア女性交流・研究フォーラム☎583・3434へ。

講演会「遠賀川流域の盆踊り」

講師は福岡県文化財保護委員の長谷川清之さん。12月13日㊋10～12時、長崎街道木屋瀬宿記念館こやのせ座（八幡西区木屋瀬三丁目、☎619・1149）で。申不要。

高次脳機能障害啓発イベント

ロックバンド・T-BOLANのベース上野博文さんと家族による「絆」をテーマにした講演。12月13日㊋13～15時、北九州国際会議場（小倉駅北側）で。定先着400人。申11月6日からネットで。問保健福祉局精神保健・地域移行推進課☎582・2439へ。

市民講演会「伝わる日本語で地域をもっと元気に」

同じ地域で暮らす外国人住民と、どのようにつながり、支え合えるかを考えます。交流会もあり。12月13日㊋13時30分～16時、ウェルとばた2階（戸畑駅前）で。定60人。申11月3日～12月1日に北九州市社会福祉協議会活動推進課☎881・6321へ。

募集

養育里親募集説明会を開催

里親制度についての説明や個別相談など。11月18日㈫14～14時30分、ウェルとばた5階（戸畑駅前）で。申11月17日までに子ども総合センター☎881・4556へ。

自然海浜を守ろう クリーンアップ大作戦参加者を募集

海岸のごみ拾いなどを行います。11月22日㊋9時30分、もじ少年自然の家（門司区大字喜多久）に集合。11時、同所で解散。雨天中止。団体での参加は事前に電話で申が必要。問同施設☎341・1128へ。

ムーブフェスタの実行委員（ボランティア）を募集

来年7月に開催するイベントの企画や運営などを行います。活動期間は12月～来年8月。定若干名。申11月20日まで。ネットも可。詳細はムーブ（小倉北区大手町、☎288・6262）へ問を。

曲里の松並木清掃ボランティアを募集

参加者には活動証明書を発行します。12月13日㊋8時50分～12時、曲里の松並木公園（八幡西区岸の浦二丁目）で。対中学生以上の学生。定先着20人。申11月3日からユースステーション☎621・0132へ。

自衛隊の駐屯地モニターを募集

陸上自衛隊小倉駐屯地（小倉南区北方五丁目）の行事などに参加し、意見を提出します。任期は来年4月1日から1年間。対20歳以上（議員、公務員、元自衛官は除く）。定5人。申12月18日まで。詳細は同駐屯地広報室☎962・7681へ問を。

北九州市奨学生(大学など)を募集

修学上必要な学資金の一部を無利子で貸し付けます。対大学・短期大学・大学院・専門学校に在学中か進学予定で、経済的理由により修学が困難な人。定若干名。申11月9日～12月8日。募集要項は11月2日から各区役所「子ども・家庭相談」コーナー・出張所などで配布。詳細は教育委員会学事課☎582・2378へ問を。

黒崎祇園山笠に関する古写真を募集

黒崎祇園山笠行事の文化財調査に伴い、明治、大正、昭和ごろまでの黒崎祇園山笠に関する古い写真などを広く募集します。来年3月31日まで。郵送の場合は、スキャン後に返却します。詳細は都市ブランド創造局文化企画課☎582・2391へ問を。

河内貯水池100周年記念フォトコンテスト開催中

来年の河内貯水池完成100周年を記念したフォトコンテスト。部門は「貯水池」か「河内のとっておき」。応募は、Instagramで八幡東区役所公式アカウントをフォローし、同アカウントをタグ付けして、部門名のハッシュタグをつけて投稿するか、ネットで。入賞者には八幡東区にちなんだ賞品を進呈。申来年1月12日まで。詳細は八幡東区役所総務企画課☎280・9988へ問を。市のホームページでもご覧になれます。

スポーツ

大人から始めるトランポリン

12月11日～来年3月12日のおおむね毎週金曜日（全10回）10～11時、総合体育館（八幡東区八王寺町）で。対18歳以上（高校生は除く。初参加は65歳まで）。定10人。料7000円。申往復はがき（1人だけ）に基本事項を書いて11月19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。ネットも可。

チャリティーD級バドミントン大会（男女別ダブルス）

12月20日㊋9～17時、北九州パレス（小倉北区井堀五丁目）で。対中学生以上でD級か初級の人。定先着男女各24組。料1試合1人200円以上の募金が必要。募金は慈善団体（公社）24時間テレビチャリティー委員会に寄付します。申電話で11月3日10時から北九州パレス☎651・4600へ。