

12/15
2018
平成30年

こくら南



【曾根干潟】ズグロカモメなどの渡り鳥が飛来します。

編集 小倉南区役所総務企画課 ☎951・1024 951・5553

- 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 国=市の担当課
- ネット=ネット窓口(電子申請)

小倉医療センター健康教室

同センター臨床検査技師による講義「糖尿病の自己チェックについて」と薬剤師による「糖尿病薬との付き合い方について」の講義。12月20日(木)15～16時、同センター(春ヶ丘、☎921・8881)で。

みなみ市民塾わがまち講演会「音つむぎコンサート」

演奏は響ホール室内合奏団。1月31日(木)14～15時、小倉南生涯学習センター(小倉南区役所横)で。先着100人。■12月18日から小倉南区役所コミュニティ支援課☎951・4115へ。

地域交流センターの講座

- ①北方(☎802-0841小倉南区北方三丁目31-1、☎931・6594) ▶デジタル活用=1月21日～2月18日のおおむね毎週月・木曜日(全8回)10～12時。対象はマウス・キーボードの基本操作ができる人。資料代800円。デジタルカメラ、パソコンと接続するケーブルが必要 ▶JW_CAD応用=1月28日～3月14日のおおむね毎週月・木曜日(全12回)19～21時。対象はCADの基本操作ができる人など。資料代1100円。①の共通定員各10人。
- ②山田(☎803-0861小倉北区篠崎五丁目9-1、☎581・4159) ▶親子リトミック体操=1月21日～3月18日の毎月第1・3月曜日(全5回)10時30分～11時30分。対象は1～3歳の幼

児と保護者。定員15組 ▶気功法健康=1月21日～3月25日のおおむね毎週月曜日(全9回)14時30分～16時。対象は18歳以上。定員20人。ヨガマットが必要 ▶バレンタインチョコ作り=チョコプリンとチョコパウンドケーキを作ります。1月29日(火)10～12時。対象は18歳以上。定員10人。材料費1000円。



共通■往復はがき(1人だけ)に基本事項を書いて12月26日までに各センターへ。

小倉南体育館のスポーツ教室

シェイプアップ エアロビクスや道具を使った運動。1月9日～3月27日の毎週水曜日(全12回)9～11時、小倉南体育館(日の出町二丁目)で。対象は18歳以上。先着40人。参加費6480円。

子ども硬式テニス 1月12日～3月9日の毎週土曜日(全9回)16～17時。小倉南庭球場(日の出町二丁目)で。対象は小学4～6年生。先着6人。参加費7290円。

シニア健康 ウォーキングやゲームなど。1月15日～3月26日の毎週火曜日(全11回)14～16時、小倉南体育館で。対象は65歳以上。先着100人。参加費3861円。

共通■12月17日から小倉南体育館☎963・2675へ。

新門司温水プールのスポーツ教室(全10回)

①アクアシェイプ 水の抵抗を利用して行う筋力トレーニング。1月9日～3月13日の毎週水曜日13時30分～14時15分。受講料など4400円。

②レベルアップスイム 各種目の泳ぎ方を学びます。1月9日～3月13日の毎週水曜日18時30分～19時30分。受講料など5750円。

③アクアビクス&水泳塾 いずれも1月11日～3月15日の毎週金曜日。▶アクアビクス=14～15時 ▶水泳=15～16時。③の共通参加費4670円(両方参加は6830円)。

共通新門司温水プール(門司区新門司三丁目)で。対象は18歳以上(学生は除く)。定員各教室15人。■12月28日までに同プール☎481・2707へ。

行政相談をご利用ください

国や県などの業務に対する苦情・要望など、行政活動全般に関する相談に行政相談委員が応じます。



行政相談委員は総務大臣が委嘱した民間の有識者で、無報酬のボランティアとして、地域の皆さんの身近な相談相手として、行政サービスに関する相談、行政の仕組みや手続きに関する相談を受け付け、相談者への助言や、関係行政機関に対する改善の申し入れなどを行っています。

相談は無料、毎月第2木曜日の10～15時(祝日は除く)、小倉南区役所で行っています。日程は市政だよりの毎月1日号に掲載しています。問小倉南区役所総務企画課☎951・1024へ。

年末の交通安全運動実施中

年末は、人や車の動きも慌ただしくなり、交通事故の増加が懸念されます。家庭、職場、地域ぐるみで、交通事故の防止に取り組みましょう。

運動期間 12月11日(火)～31日(月)

運動の重点項目

飲酒運転の撲滅

・「飲酒運転は、絶対しない、させない、許さない。そして、見逃さない」を徹底しましょう

・飲酒運転を見かけたら、110番通報しましょう。

子どもと高齢者の交通事故防止～横断歩道マナーアップの推進

・夕暮れ時や夜間に外出する際は、明るい服装や反射材用品を身につけましょう。

※小倉南区役所総務企画課の窓口では反射材リストバンドを配布しています。ぜひ、ご利用ください。

・高齢運転者は、運転能力に応じた安全運転を心がけましょう。

問小倉南区交通安全推進協議会☎951・1024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

種類	対象	料金	定員	実施日	時間	会場	■
胃がん検診	35歳以上	35～39歳 1000円注1)	先着 45人	1月17日(木)	9～ 10時30分	小倉南生涯学習センター	12月 17日 から
		40歳以上 900円注1)		1月20日(日)	9～ 10時30分	小倉南生涯学習センター	
食生活に関する相談 (生活習慣病・介護予防の 食生活に関する相談)	-	無料	先着 12人	1月9日(水)	10～15時	小倉南生涯学習センター	12月 17日 から
離乳食教室(前期) (離乳食の話と試食)	0歳3～7カ月頃の 乳児の保護者 (母子健康手帳が必要)	無料	-	1月8日(火)	13時30分～ 15時	小倉南生涯学習センター	不要

注1)非課税世帯の人や70歳以上の人などを対象にした無料制度があります。詳細は問を。

福岡県交通安全県民大会で小倉南区が表彰されました!!

・「福岡県交通安全推進市区町村表彰」…優秀賞

・「シルバーセーフティコンクール表彰」…特別賞(組織活動等)

今後とも交通事故のない安全安心なまちづくりに取り組んでいきますので、交通安全運動へのご協力をお願いいたします。問小倉南区交通安全推進協議会☎951・1024へ。



本紙は古紙パルプを含む再生紙を使用しています。