

わかば

発行 令和7年2月1日号
〒802-0974 小倉南区徳力六丁目3番1号
TEL 961-0175 FAX 961-0171
開館日
月～金曜日 9:00～22:00
土曜日 9:00～17:00
休館日
日・祝日・12/29～1/3



人権法律相談

地域交流センターでは、弁護士による無料法律相談を行っています。
人権・金銭・土地・家屋・親族関係等の専門的知識を必要とする問題について、弁護士がお応えします。

- 【開催日】 2月20日(木)
- 【開催時間】 13:30～16:30(1人30分以内)
- 【定員】 6名(先着順)
- 【申込方法】 電話にて予約受付(☎961-0175)

※13日(木)から受付開始します。受付時間は午前9時～午後5時まで。

高齢者生きがい講座のご案内



徳力地域交流センターでは、毎週火曜日に地域の高齢者を対象に、生きがいづくり、健康づくり等を目的とする「高齢者生きがい講座」を開催しています。
プログラムは、楽しく、無理なく続けられる内容となっています。
体を動かしたい！人と交流したい！と思っている方、ぜひ参加してみませんか？

参加申込対象(申し込みが多い場合は抽選になります。)

- ・要介護認定非該当の方(原則)
- ・毎週火曜日の10時から14時の時間に参加できる方
- ・在宅で日常生活がほぼ自立し、一人で外出できる概ね65歳以上の方

参加料は無料

(講座内容によっては、材料費等の実費がかかる場合があります)

参加をご希望の方は、当センターまでお問合せください。見学も可能です。
(申込締切 2月17日(月)17時まで)

～講座受講生募集～

☆やさしいヨガ①講座

イスとマットの両方使う初心者向けのヨガ講座です。

期 間 4月5日～7月5日 毎週土曜日 全12回
時 間 10:30～12:00
受講料 無料
定 員 10人（抽選）
対 象 高校生以上の人

応募締切 3月3日（月）

☆ワード基礎講座

文字の入力から文章の作成、印刷などの基本操作や、文章作成に役立つ表・図形・画像などの機能について学びます。

期 間 4月7日～5月12日 毎週月・木曜日 全10回
時 間 13:00～15:00
教材費 2,420円（受講料無料）
定 員 9人（抽選）
対 象 高校生以上の人

応募締切 3月3日（月）

☆エクセル基礎講座

表の作成や編集、関数による計算、グラフの作成など基本的な機能と操作方法を学びます。

期 間 4月8日～5月16日 毎週火・金曜日 全10回
時 間 10:00～12:00
教材費 2,420円（受講料無料）
定 員 9人（抽選）
対 象 高校生以上の人

応募締切 3月3日（月）

<応募方法>

往復はがき(1人だけ)に、希望の講座名・郵便番号・住所・氏名(ふりがな)年齢・電話番号・返信面の宛名を記入の上、締め切り日までに徳力地域交流センターへご応募ください。（1枚のはがきに1講座）

※定員に満たない場合や状況によっては、変更・中止となる場合があります。

往 信 ↑ 切手部分が青色	802-0974	※この面には 何も記入しないでください
	北九州市小倉南区 徳力六三三ー一 徳力地域交流センター	

往復はがきの書き方

返 信 ↑ 切手部分が緑色	〇〇〇-〇〇〇〇	①希望講座名 ②氏名(ふりがな) ③年齢 ④住所 ⑤電話番号
	〇〇〇-〇〇〇〇 氏名 住所 郵便番号	

