

わかば

発行 令和 8 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 19 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)

※12 日(木)より受付開始します。
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、「高齢者生きがい講座」を開催しています。

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 16 日(月)17時まで)

～講座受講生募集～

☆やさしいヨガ(昼の部)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6日～5月22日 毎週月・金曜日 全12回

時 間 10:30～12:00

受講料 無料

定 員 10人(抽選)

対 象 15歳以上(中学生を除く)の方

応募締切3月2日(月)

☆リラックスヨガ(夜の部)講座

初心者よりも少しレベルアップしたヨガ講座です。

期 間 4月10日～6月26日 毎週金曜日 全12回

時 間 18:30～20:00

受講料 無料

定 員 10人(抽選)

対 象 15歳以上(中学生を除く)の方

応募締切3月2日(月)

<応募方法>

往復ハガキに、①希望の講座名・②氏名(ふりがな)・③年齢・④住所・⑤電話番号(日中連絡のとれる番号)・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。

直接、徳力地域交流センターへ来館し、申し込みをされる場合は、①～⑤の必要事項を記入した紙(メモ紙でも可)と返信用のハガキ(普通ハガキ)を持参されてください。

※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 北九州市小倉南区 徳力六三ー 徳力地域交流センター	※この面には 何も記入しないでください
--------------------	---	------------------------

往復はがきの書き方

返信 ↑ 切手部分が緑色	□□□-□□□□ ご自分の 郵便番号 住所 氏名	①希望講座名 ②氏名(ふりがな) ③年齢 ④住所 ⑤電話番号
--------------------	--------------------------------------	--