



平成29年度 健康マイレージ対象事業一覧表（2～3月）

■ 単発事業

平成30年2月1日現在

日程	時間	事業名	会場	内容	申込	問合せ	電話
2月1日	15:00～16:00	小倉医療センター健康教室 (糖尿病教室)	小倉医療センター内 鷗小ホール	血糖値と栄養素(炭水化物・脂質)の関連について学ぼう 運動を生活に取り入れよう～実践編～	不要	小倉医療センター	921-8881
2月2日	11:00～11:30	あつぷるサロン沼サロン事業 『ひまわりタイチー』	エフコープ沼店 あつぷるサロン沼	買い物ついでに体操でリフレッシュ!	不要	エフコープ沼店 あつぷるサロン沼	472-9363
2月8日	15:00～16:00	小倉医療センター健康教室 (糖尿病教室)	小倉医療センター内 鷗小ホール	糖尿病ってどんな病気～基本から治療まで～ 意外と知らないインスリンのホント	不要	小倉医療センター	921-8881
2月9日	10:00～12:00	生涯学習市民講座	城野市民センター	姿勢改善と楽ラク体操	要	城野市民センター	951-0231
2月14日	10:00～12:00	あつぷるサロン沼サロン事業 『家庭菜園カフェ』	エフコープ沼店 あつぷるサロン沼	家庭菜園カフェ。健康レシピや土づくりなどの情報交換	要	エフコープ沼店 あつぷるサロン沼	472-9363
2月14日	13:00～14:00	小倉医療センター健康教室 (すこやか血管教室)	小倉医療センター内 外来栄養相談室	動脈硬化性疾患の予防と治療、検査、薬、食事療法について 医師・検査技師・薬剤師・管理栄養士による講義	不要	小倉医療センター	921-8881
2月14日	13:30～15:30	あつぷるサロン沼サロン事業 『健康介護よろず相談の日』	エフコープ沼店 あつぷるサロン沼	健康介護よろず相談会(看護師相談)	不要	エフコープ沼店 あつぷるサロン沼	472-9363
2月15日	15:00～16:00	小倉医療センター健康教室 (糖尿病教室)	小倉医療センター内 鷗小ホール	早く見つけて防ごう合併症～網膜症・神経障害～ 運動を生活に取り入れよう～血糖の変化を体感しよう～	不要	小倉医療センター	921-8881
2月16日	11:00～11:30	あつぷるサロン沼サロン事業 『ひまわりタイチー』	エフコープ沼店 あつぷるサロン沼	買い物ついでに体操でリフレッシュ!	不要	エフコープ沼店 あつぷるサロン沼	472-9363
2月17日	14:00～15:30	市民講座(健康講話)健康づくり事業 共催	若園市民センター	健康講話～誤嚥性肺炎のリスクとその予防	要	若園市民センター	921-3344
2月22日	11:00～12:00	小倉医療センター健康教室 (産婦人科教室)	小倉医療センター内 1階会議室	子宮筋腫、子宮体がん、生理痛、子宮頸がん検診、子宮内膜症などについて産婦人科医師による講義	不要	小倉医療センター	921-8881
2月22日	20:00～	パトランキタキュー	下曽根駅南口集合	楽しく走って地域貢献 パトロールランニング	要	NPO法人 日本 ソーシャルスポ レク協会	090-8418-5136
2月24日	14:00～15:00	生涯学習講座	ゆうゆう壱番館 2階カルチャールーム	健康長寿～120歳まで生きる選択	要	ゆうゆう壱番館	961-0001
2月間	14:00～15:30	あつぷるサロン沼サロン事業 『青空健康チェック』	エフコープ沼店 あつぷるサロン沼	健和会大手町病院と健康友の会による血圧、体脂肪、血管年齢、骨密度などの測定と健康アドバイスや医療介護相談	不要	エフコープ沼店 あつぷるサロン沼	472-9363

◆ この一覧は6月～2月まで更新されます。詳しくは右記までお問い合わせください。

◆ 「申込」欄の「要」は参加の事前申込が必要、「不要」は事前申込不要です。

◆ 日程は変わることがありますので、ご確認ください。

【お問い合わせ先】
北九州市社会福祉協議会 生活福祉課
担当: 刀根・二木・島
小倉南区担当: 林田・高井
電話: 093-873-1296