



平成29年度 健康マイレージ対象事業一覧表（11～12月）

■ 単発事業

平成29年11月1日現在

日程	時間	事業名	会場	内容	申込	問合せ	電話
11月2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	国立病院機構 小倉医療センター	921-8881
11月3日	11:00～11:30	エフコープ地域サロン「あっぷるサロン沼」 サロン事業	エフコープ地域サロン「あっぷるサロン沼」	健康体操ひまわりタイチー	不要	エフコープ沼店 あっぷるサロン沼	472-9363
11月7日	10:00～13:30	冬に備えて免疫力アップ!「甘酒料理de健康づくり」	両谷市民センター	生涯学習市民講座「甘酒料理de健康づくり」	要	両谷市民センター	451-1138
11月8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	国立病院機構 小倉医療センター	921-8881
11月8日	19:30～	パトランキタキュー	城野駅集合	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
11月8日	13:30～15:30	エフコープ地域サロン「あっぷるサロン沼」 サロン事業	エフコープ地域サロン「あっぷるサロン沼」	健康介護よろず相談会(看護師相談)	不要	エフコープ沼店 あっぷるサロン沼	472-9363
11月9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	国立病院機構 小倉医療センター	921-8881
11月11日	10:00～12:00	ふれあい祭りでの健康相談	菅根東市民センター	健康相談・血圧測定	不要	菅根東市民センター	471-7710
11/11・12	問	ふれあい文化祭 健康チェックコーナー 健康相談コーナー	貫市民センター	文化祭で健康チェックコーナー(身体測定・体脂肪率・血圧・体年齢)	不要	貫市民センターふれあい文化祭実行委員会	475-6070
11月15日	10:00～12:00	エフコープ地域サロン「あっぷるサロン沼」 サロン事業	エフコープ地域サロン「あっぷるサロン沼」	家庭菜園カフェ	要	エフコープ沼店 あっぷるサロン沼	472-9363
11月15・22・29日	10:00～12:00	健康教室(健康体極拳)	企救丘市民センター	健康づくり事業として開催(体極拳)	要	企救丘市民センター	963-3101
11月16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	早く見つけて防ぐ合併症～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	国立病院機構 小倉医療センター	921-8881
11月17日	11:00～11:30	エフコープ地域サロン「あっぷるサロン沼」 サロン事業	エフコープ地域サロン「あっぷるサロン沼」	健康体操ひまわりタイチー	不要	エフコープ沼店 あっぷるサロン沼	472-9363
11月18日	問	男女対抗親睦大会(グループ別大会)	安部山公園グラウンド	グラウンドゴルフ大会	要	安部山	472-1371
11月18日	10:00～12:00	健康ウォーク	企救丘市民センター出発	健康づくり事業(ウォーキング1時間)	要	企救丘校区まちづくり協議会	963-3101
11月21日	20:00～	パトランキタキュー	下曾根駅集合	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
11月24日	14:00～15:00	小倉医療センター健康教室(肝臓病教室)	小倉医療センター内 地域医療研修 鷗大ホール	『ウイルス肝炎』	不要	国立病院機構 小倉医療センター	921-8881
11月25日	8:30～15:00	秋の校区健康づくりウォーキング	湯川市民センター集合	ウォーキング	要	湯川校区まちづくり協議会	941-1751
11月25日	10:00～14:30	小倉医療センター病院祭	小倉医療センター	講義・体験コーナー	不要	国立病院機構 小倉医療センター	921-8881
11月28日	10:00～13:00	ECOウォーク	ピオトープ駐車場～ピオトープ散策	月例ウォーキング	不要	小倉南区健康づくり推進員の会	941-5705
12/9・12/16	10:00～12:00	平成29年度小倉南区ウォーキング教室	城野市民センター	ウォーキング教室	要	小倉南区役所コミュニティ支援課	951-4115
12月20日	10:00～11:30	健康講座「認知症で何、どんな病気？」	沼市民センター	鳥巣病院の先生による健康講話	要	沼市民センター	473-2021
12月21日	20:00～	パトランキタキュー	下曾根駅南口集合	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
12月22日	10:00～13:00	関門ウォーク	門司港駅～関門トンネル・人道～唐戸市場	月例ウォーキング	不要	小倉南区健康づくり推進員の会	941-5705

■ 6回以上開催される事業*

※6回以上事業に参加した場合、2枚のポイントシールがもらえます。

日程	時間	事業名	会場	内容	申込	問合せ	電話
第1・3木曜	20:00～21:00	広徳校区安全パトロール	広徳校区内	広徳校区内を歩きながらパトロールを実施	不要	広徳校区まちづくり協議会	964-0031

- ◆ 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