

平成29年度 健康マイレージ対象事業一覧表 ～6回以上開催される事業～

八幡東区版

10月号

日程	時間	事業名	会場	内容	申込	問合せ	電話
第4木曜	13:30～15:00	サロン活動(前田生き生きサロン)	前田市民センター 平野市民センター	ストレッチ体操、レクリエーションゲーム、歌(合唱)、健康講話など	要	前田北地区社会福祉協議会	681-5219

9月号

日程	時間	事業名	会場	内容	申込	問合せ	電話
第2・4日曜	問	中畑公園及び周辺道路の清掃	中畑公園・周辺道路	中畑自治町会・老人会・公園愛護会で清掃作業	不要	中畑公園愛護会	651-3783
月3回	問	高齢者サロン事業「みゆき会」	西本町4丁目年長者いこいの家	サロン活動	要	前田北地区社会福祉協議会	681-1897

8月号

日程	時間	事業名	会場	内容	申込	問合せ	電話
第3土曜	9:30～10:30	クリーンリバー高見	板櫃川河川敷	除草・清掃活動(2月、8月は学習会)	不要	高見自治区会	652-7818
8/17～8/30	7:00～7:20	ラジオ体操	祇園一丁目公園	地域住民によるラジオ体操	不要	前田まちづくり協議会	662-0552
第1日曜	9:00～11:00	ボランティアくす(高齢者サロン事業)	祇園原公園	祇園原公園花壇管理(年2回花苗植え)&清掃	不要	前田第4地区社会福祉協議会	661-1958
第1日曜	11:00～14:00	いこいの家サロン(高齢者サロン事業)	祇園原公園いこいの家	高齢者の生きがい活動(軽体操等)	不要	前田第4地区社会福祉協議会	661-1958
夏休み期間中	6:30～	ラジオ体操	県営団地集会所・郊外施設	ラジオ体操	要	枝光北地区社会福祉協議会	671-6055
第3月曜10:00～11:00 奇数月第3土曜10:00～15:00		友遊会	県営団地集会所・郊外施設	サロン活動	要	枝光北地区社会福祉協議会	671-6055
7/21～8/25(土日除く)	6:30～7:00	高見夏休みラジオ体操	高見中央公園	ラジオ体操	不要	高見自治区会	652-2908

7月号

日程	時間	事業名	会場	内容	申込	問合せ	電話
月曜	13:30～16:00	パールクラブ	祝町市民センター	社交ダンス	不要	パールクラブ	651-3816
第2水曜(8月休)	10:00～11:30	祝町おたっしや教室	祝町市民センター	元気ハツラツ健康アップ教室	不要	八幡東区役所保健福祉課地域保健係	671-0801
第2・4木曜	19:00～21:00	ダンスクラブShiny Branch	枝光北市民センター	ダンス	要	ダンスクラブShiny Branch	661-2437
月～土曜	9:45～	ラジオ体操	枝光北市民センター	ラジオ体操	不要	枝光北市民センター	661-2437
毎日	10:00～	枝光市民センター ラジオ体操	枝光市民センター	体操	不要	枝光市民センター	661-1034
月曜	10:00～12:00	自力整体	枝光市民センター 和室	先生のビデオをみ見ながら自分で整体をする	要	新日本婦人の会	662-1692
金曜	19:00～21:00	枝北桜太極拳	枝光小学校体育館	太極拳	要	枝光北スポーツ開放管理指導員	662-1692
月曜	13:00～15:00	元気会	枝光南市民センター	日本舞踊	不要	元気会	682-0067
木曜	18:30～20:30	さくらクラブ	枝光南市民センター	ラージボール卓球	要	さくらクラブ	682-0067
第2金曜(祝日休)	10:30～12:00	大蔵地区元気でハツラツ健康アップ教室	大蔵市民センター	市民が主体になって実施する健康づくり事業	不要	八幡東区役所保健福祉課地域保健係	671-0801
第2・4金曜(8月第2月曜・祝日休)	13:30～15:00	大蔵脳活クラブ	大蔵市民センター	認知症予防教室	不要	八幡東区役所保健福祉課地域保健係	671-0801
木曜	13:00～15:00	ユニカールクラブ	大蔵市民センター	ユニカール	不要	ユニカールクラブ	652-3817
火曜	15:00～16:30	ここちyoga	大蔵市民センター	リラックスヨガ	不要	ここちyoga	652-3817

日程	時間	事業名	会場	内容	申込	問合せ	電話
水曜	15:00～17:00	尾倉ラージボール	尾倉市民センター	ラージボール卓球	要	尾倉ラージボール	661-0516
第1・3・4木曜	10:00～12:00	リフレッシュ体操クラブ	尾倉市民センター	3B体操	要	リフレッシュ体操クラブ	661-0516
木曜	13:00～15:00	木曜卓球クラブ	尾倉市民センター	卓球	要	木曜卓球クラブ	661-0516
木曜	17:00～19:00	尾倉剣道	尾倉市民センター	剣道	要	尾倉剣道	661-0516
第1・3・4木曜	19:30～21:00	ピーチクラブ	尾倉市民センター	3B体操	要	ピーチクラブ	661-0516
第2・4水曜	17:30～18:30	尾倉ソーラン会	尾倉市民センター	民踊	要	尾倉ソーラン会	661-0516
第2木曜	10:00～11:30	尾倉にこにこ体操	尾倉市民センター	市民が主体になって実施する健康づくり事業	不要	八幡東区役所保健福祉課地域保健係	671-0801
月曜	10:00～12:00	月曜卓球クラブ	尾倉市民センター	卓球	要	月曜卓球クラブ	661-0516
月曜	13:00～15:00	おどり同好会	尾倉市民センター	日本舞踊	要	おどり同好会	661-0516
月曜	16:00～18:00	ニコニコラージ	尾倉市民センター	ラージボール卓球	要	ニコニコラージ	661-0516
月曜	19:00～21:00	空手クラブ	尾倉市民センター	空手	要	空手クラブ	661-0516
第1・3・4火曜	10:00～12:00	健康クラブ	尾倉市民センター	気功	要	健康クラブ	661-0516
火曜	19:00～21:00	護身拳法	尾倉市民センター	護身術	要	護身拳法	661-0516
火曜	12:15～14:15	帆柱会	尾倉市民センター	民踊(英流)	要	帆柱会	661-0516
水曜	12:45～14:45	剣舞道クラブ	尾倉市民センター	剣舞	要	剣舞道クラブ	661-0516
金曜	13:00～15:00	寿若聖会	尾倉市民センター	民舞	要	寿若聖会	661-0516
金曜	19:30～21:00	ハリウッドヨガ	尾倉市民センター	ヨガ	要	ハリウッドヨガ	661-0516
第4土曜	6:30～18:00	尾倉山歩会	尾倉市民センター	登山	要	尾倉山歩会	661-0516
土曜	9:30～12:00	ステップダンス	尾倉市民センター	健康体操	要	ステップダンス	661-0516
土曜	12:30～14:30	しらうめ会	尾倉市民センター	日本舞踊(英流)	要	しらうめ会	661-0516
土曜	15:00～17:00	ラージボール同好会	尾倉市民センター	卓球	要	ラージボール同好会	661-0516
月～土曜	9:00～9:10	尾倉市民センターラジオ体操	尾倉市民センター	ラジオ体操第一第二	要	尾倉まちづくり協議会健康福祉部会	661-0516
第2火曜	11:00～13:00	尾倉市民センター「茶論おぐら」	尾倉市民センター	茶論おぐら(健康に関する講話・体操・ウォーキング)	要	尾倉まちづくり協議会健康福祉部会	661-0516
毎日(随時)	問	チャレンジ55	皿倉山	皿倉山に年55回登る運動	要	帆柱自然公園愛護会皿倉山ビクターセンター	681-5539
第4日曜	9:30～12:00	さわやか健康清掃登山	皿倉山	登山	要	帆柱自然公園愛護会皿倉山ビクターセンター	681-5539
年8回	10:15～15:30	森のカルチャー	皿倉山ビクターセンター	実習と散策	要	帆柱自然公園愛護会皿倉山ビクターセンター	681-5539
奇数月第2金曜	問	高槻ゴルフ同好会	市内各所	ゴルフ	要	高槻ゴルフ同好会	651-8386
第3・4水・木・金曜	13:00～15:00	介護施設活動前準備体操	誠光園	活動前の準備体操 デイケア活動前に行う体操	不要	2001ヒビッキー	090-4351-1312
第2木曜	10:00～12:00	健康ウォーク	高槻校区周辺のウォーキングコース	2時間以内で帰られる近郊コースをウォーキング	不要	高槻まちづくり協議会	653-2677
第1木曜	13:30～15:00	高槻認知症予防	高槻市民センター	認知症予防教室	不要	八幡東区役所保健福祉課地域保健係	671-0801
月曜	17:30～19:30	乱球倶楽部	高槻市民センター	卓球	要	乱球倶楽部	653-2677
金曜	19:00～21:00	中畑卓球同好会	高槻市民センター	卓球	要	中畑卓球同好会	651-8386

日程	時間	事業名	会場	内容	申込	問合せ	電話
火曜	16:30～18:30	高槻卓球同好会	高槻市民センター	卓球	要	高槻卓球同好会	653-2677
火・木・土曜	9:20～9:50	高槻校区健康づくり事業	高槻市民センター	ストレッチ・ラジオ体操	不要	高槻まちづくり協議会・健康づくり推進員の会	653-2677
第3金曜	19:00～21:00	槻田まちづくり協議会 防犯部会	茶屋町公園内	槻田第5自治区会範囲町内会パトロール	不要	槻田まちづくり協議会(第五自治区会)	231-8780
火・木・土曜	9:00～12:00	茶屋町グランドゴルフ	茶屋町公園内	地域の活性及び親睦	不要	槻田第五自治区会	652-3903
第1・3月曜	10:00～12:00	ペタンクサークル	中央2丁目公園	ペタンク	要	レインボークラブ	661-1092
水曜	13:00～14:15	ここちyoga	槻田市民センター	ヨガ	不要	ここちyoga	653-1185
第2木曜	20:00～21:00	防犯パトロール	槻田周辺(町内会全域)	防犯パトロール(毎月)	不要	槻田1丁目第2町内会	090-5723-1881
毎日(日祝日休み)	6:30～	ラジオ体操(茶屋町公園内)	槻田第五区区民館	ラジオ体操・体操前後のゴミ拾い	不要	槻田第五自治区会	231-8780
第2土曜	9:00～12:00	茶屋町公園周辺一斉清掃	槻田第五区区民館	茶町公園周辺一斉清掃	不要	槻田第五自治区会	652-1261
水曜	19:00～21:00	ヨガ教室	槻田第五区区民館	健康増進	不要	槻田第五区区民館	652-3903
第4金曜	10:00～11:30	生き生き教室	天神市民サブセンター	市民が主体になって実施する健康づくり事業	不要	八幡東区役所保健福祉課地域保健係	671-0801
月曜	10:00～12:00	ひまわりタイチー皿倉	天神市民サブセンター	介護予防太極拳	要	ひまわりタイチー皿倉	661-0516
火曜	10:30～12:30	リフレッシュヨガ	天神市民サブセンター	ヨガ	要	リフレッシュヨガ	661-0516
第1・3木曜	10:00～12:00	チューリップ体操	天神市民サブセンター	健康体操	要	チューリップ体操	661-0516
火曜	16:00～18:00	天神ラージボール	天神市民サブセンター	卓球	要	天神ラージボール	661-0516
月曜	13:00～15:00	楽楽太極拳	天神市民サブセンター	太極拳	要	楽楽太極拳	661-0516
水曜	13:00～15:00	太極拳クラブ	天神市民サブセンター	太極拳	要	太極拳クラブ	661-0516
木曜	19:30～21:00	さくら3B	天神市民サブセンター	3B体操	要	さくら3B	661-0516
月～土曜	9:00～9:10	天神市民サブセンターラジオ体操	天神市民サブセンター	ラジオ体操第一第二	要	尾倉まちづくり協議会健康福祉部会	661-0516
月曜	18:30～21:00	健康づくり教室	花尾小学校	ファミリーバドミントン	要	ワイ・ワイ・クラブ	231-3309
金曜	18:30～21:00	健康づくり教室	花尾小学校	ラージボール卓球	要	遊友クラブ	231-3309
第3月曜(7月金曜)	10:00～11:30	平野地区元気ハツラツ健康アップ教室	平野市民センター	市民が主体になって実施する健康づくり事業	不要	八幡東区役所保健福祉課地域保健係	671-0801
年9回	9:30～15:30	楽しい健康山歩き	帆柱山系	散策	要	帆柱自然公園愛護会皿倉山ビジターセンター	681-5539
年9回	9:30～15:30	植物ウォッチング	帆柱自然公園	散策	要	帆柱自然公園愛護会皿倉山ビジターセンター	681-5539
第1・2・3木曜	10:00～11:30	フラハーウラカパラライアイ	前田市民センター	フラダンス	不要	フラハーウラカパラライアイ	662-0552
水曜	14:00～16:00	P. Pラージボールクラブ	前田市民センター	ラージボール卓球	不要	P. Pラージボールクラブ	662-0552
火曜	19:30～21:30	SD社交ダンス	前田市民センター	社交ダンス	要	SD社交ダンス	662-5776
月1回程度	15:00～16:00	市立八幡病院健康サポート事業	八幡駅前 さわらびモール2階(休憩スペースなど)	市民向けの健康講話及び体験など	不要	北九州市立八幡病院	662-6565
月曜	13:30～15:30	スマイルラージボール	八幡大谷市民センター	卓球	要	スマイルラージボール	661-1092
木曜	10:30～12:30	寿国会	八幡大谷市民センター	日舞	要	寿国会	661-1092
月曜	11:00～12:00	ニコニコひまわりクラブ	八幡東区元照寺本堂	ストレッチ・ひまわり太極拳・ラジオ体操	要	ニコニコひまわりクラブ	601-2896
水曜	13:30～15:30	日本3B体操協会	八幡東生涯学習センター	健康体操(3B)	要	すこやか体操クラブ	661-1799

日程	時間	事業名	会場	内容	申込	問合せ	電話
火曜	9:00～12:00	フレンド卓球	レディスやはた	卓球	不要	フレンド卓球	561-3663

6月号

日程	時間	事業名	会場	内容	申込	問合せ	電話
第1日曜	9:00～11:00	夢二通り清掃	枝光南市民センター	清掃	不要	枝光第一老人クラブ連合会	682-0067
月1回 (日曜)	9:00～15:00	大蔵地区体育委員会	大蔵小学校及び地域、高炉台公園・球場・八幡東体育館	ソフトボール・グラウンドゴルフ・風船バレー・ソフトバレーボール・レクリエーションバレーボール・ユニカール・7インディアカ・ラージボール卓球	要	大蔵地区体育委員会	090-5720-5007
月・木曜	9:00～11:00	ベタンク	上本町一丁目公園	ベタンク	要	枝光第一老人クラブ連合会ベタンク同好会	682-0067
火・金曜	8:30～11:00	グラウンドゴルフ	高炉台公園さくら広場	グラウンドゴルフ	要	枝光第一老人クラブ連合会枝一GG会	682-0067
毎月1～2回	午前中	歩こう！高見	金比羅公園・金比羅山	ウォーキング	不要	たかみんウォーキング友愛会	652-8039
水曜	14:00～16:00	水曜会	ダイアパレス八幡中央集会所	卓球	要	水曜会	090-8411-4850
毎月4・5回 ほど	19:00～21:00	高見ラージボール卓球クラブ	高見小学校体育館	ラージボール卓球	要	高見ラージボール卓球クラブ	652-8039
第3木曜	13:30～14:30	年長者の里 いきいき福祉講座	パレス八幡 研修室A	家庭・医療・介護・食生活・介護保険などをテーマに開催	不要	社会福祉法人年長者の里	652-3939
第2木曜	9:00～11:30	楽しく歩こう会	八幡東区内周辺	ウォーキング	要	枝光第一老人クラブ連合会楽しく歩こう会	682-0067
水曜	18:30～20:30	全身エクササイズ教室	八幡東生涯学習センター	全身エクササイズ	不要	全身エクササイズクラブ	662-9278

◆ 「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
八幡東区担当：縄手
電話：093-873-1296