

# 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～

八幡西区版

## 10月号

日程	時間	事業名	会場	内容	申込	問合せ	電話
月～土曜	問	女性専用健康体操教室	カーブス 永犬丸	女性専用健康体操教室	要	カーブス永犬丸	691-8899
土曜	10:00～12:30	スポーツ吹き矢	若葉会館	吹き矢の練習	不要	北九州折尾クラブ	642-7861

## 9月号

日程	時間	事業名	会場	内容	申込	問合せ	電話
第1・3月曜	10:00～	上の原8町会ひまわりタイチーでサロン活動	上の原8町会つどいの家	ひまわりタイチーで認知症予防、介護予防、居場所づくり	要	上津役校区社会福祉協議会健康満歩会	090-8289-6457
第2木曜	9:30～	健康満歩会	上津役市民センター	高齢者の居場所づくり及び健康づくりとして校区内をウォーキング	要	上津役校区社会福祉協議会健康満歩会	090-8289-6457
月～金曜	7:00～	上の原7町会早朝ラジオ体操会	上津役市民センター	ラジオ体操で健康づくり、仲間づくり	要	上津役校区社会福祉協議会健康満歩会	090-8289-6457
火曜 (第4除く)	13:00～15:00	千の風になるまで健康	小嶺台つどいの家	ロコモティブシンドローム体操他	要	健康づくりの会	612-0663
第3土曜	10:00～12:00	おやじの料理教室	千代市民センター	男性の為の健康料理教室	要	おやじの料理	618-2766
第2火曜	13:00～15:00	馬場ふれあいサロン	馬場公民館	高齢者の居場所づくり	要	上津役校区社会福祉協議会健康満歩会	090-8289-6457
第2月曜	13:30～15:00	健康ボウリング	桃園シティボウル	健康維持と認知症予防のボウリング	要	「歴史に学ぶ」OB会	618-2766

## 8月号

日程	時間	事業名	会場	内容	申込	問合せ	電話
月・水・金曜	10:30～12:00	ペタンク	香月公園グラウンド	ペタンクの練習	不要	香月ペタンク愛好会	617-6561
第1・2・4日曜	14:00～16:00	月乃会	香月市民センター	舞踊	要	月乃会	661-1657
月・水・金曜	問	つくもテニスクラブ練習	香月中央庭球場	テニスの練習	不要	つくもテニスクラブ	661-1657
火曜	13:30～15:30	ニイハオ気功クラブ	熊西市民センター	気功	要	ニイハオ気功クラブ	642-7861
第1・2・3金曜	13:00～15:00	みすずの会	陣山市民センター	体操とコーラス	要	みすずの会	617-0203
7/20～8/31	6:30～6:45	夏休みラジオ体操	陣山辻公園	ラジオ体操	不要	陣山会館	621-3182
火曜	15:00～16:30	ラケットダンス	鳴水市民センター	ラケットを使って有酸素運動をする	要	ラケットダンス	612-3593
水曜	10:00～12:00	ヨガの会	星ヶ丘市民センター	ヨガ	要	ヨガの会	621-3085
金曜	13:00～15:00	バラダンスクラブ	星ヶ丘市民センター	社交ダンス	不要	バラダンスクラブ	617-5273
第1・3・4・5金曜	10:00～12:00	高齢者体操～腰痛予防・転倒予防～	若葉会館	ひまわり太極拳・きたきゅう体操・ニュースポーツ	不要	いきいきはつらつ元気会	617-5273

## 7月号

日程	時間	事業名	会場	内容	申込	問合せ	電話
第1日曜	9:00～10:30	違反広告物撤去	青山・萩原・皇后崎地域	ウォーキングを兼ねた違反広告物撤去ボランティア	要	青山市民センター	631-0767
火曜	9:00～11:00	青山健康クラブ	青山市民センター	グラウンドゴルフ	要	青山健康クラブ	631-0767
第3水曜	13:00～15:00	熊西ふれあいサロン	青山年長者憩いの家	サロン事業	不要	熊西社会福祉協議会	622-4691
火曜	13:00～15:00	赤坂風船バレークラブ	赤坂市民センター多目的ホール	風船バレー(練習試合・支援学級での風船バレー補助)	不要	赤坂風船バレークラブ	601-0782

日程	時間	事業名	会場	内容	申込	問合せ	電話
第1火曜	15:00～17:00	ニュースポーツ無料開放デー	穴生ドーム	ニュースポーツ	不要	穴生ドーム	645-6691
毎日	9:00～21:00	穴生ドーム健康ウォーキング事業	穴生ドーム	ウォーキング	不要	穴生ドーム	645-6691
第2・4金曜	13:00～15:00	友愛クラブ	穴生ドーム	ニュースポーツ等	要	友愛クラブ	741-3568
月2回	17:00～21:00	遊友テニスクラブ	穴生ドーム	硬式テニス	要	遊友テニスクラブ	613-5154
隔週金曜	9:00～11:00	友歩会	主に穴生ドーム	ニュースポーツ・ハイキング・ボウリング等	要	友歩会	741-1883
金曜	16:00～18:00	卓球クラブ	医生ヶ丘市民センター	卓球の練習	要	卓球クラブ	691-2205
毎月20日(社会奉仕の日)	8:00～10:00・9:00～11:00	公園内清掃活動	上の原公園、上津役市民センターバス停付近	公園内の清掃、草刈、上津役市民センターバス停付近の清掃	不要	上の原公園愛護会	612-8299
水曜	10:30～12:00	健康総合体操	永犬丸西町集会所	健康総合体操	要	健康総合体操	090-9402-6872
第4木曜	10:00～12:00	健康料理教室	折尾東市民センター	健康料理の推進	要	健康料理教室	601-8991
第3火曜	13:00～15:00	高齢者のサロン事業(ふれあい小集会)	御開公民館	歌の練習・ビデオ鑑賞・ストレッチ体操等	要	本城校区社会福祉協議会	691-2301
月～金曜10:00～19:00 土曜10:00～13:00		カーブス30分健康体操	カーブス北九州折尾店	女性対象の健康体操	要	カーブスコスパ北九州折尾	601-1533
月～金曜10:00～19:00 土曜10:00～13:00		カーブス30分健康体操	カーブスコスパ相生店	女性対象の健康体操	要	カーブスコスパ相生店	622-2155
水曜	10:00～12:00	健康太極拳クラブ	香月市民センター	太極拳	不要	健康太極拳クラブ	617-0203
火曜	10:00～12:00	癒しのヨガクラブ	香月市民センター	ヨガ	要	癒しのヨガクラブ	617-0203
土曜	11:00～13:00	NPO法人香月・千代スポーツクラブ バドミントン教室	香月スポーツセンター	バドミントン教室 初級・中級者	要	NPO法人香月・千代スポーツクラブ	617-7626
金曜	10:00～12:00	NPO法人香月・千代スポーツクラブ 卓球金曜教室	香月スポーツセンター	卓球教室 初心者・初級者	要	NPO法人香月・千代スポーツクラブ	617-7626
木曜	19:00～21:00	NPO法人香月・千代スポーツクラブ バレーボール教室	香月スポーツセンター	バレーボールクラブ	要	NPO法人香月・千代スポーツクラブ	617-7626
木曜	10:00～12:00	NPO法人香月・千代スポーツクラブ 健康美容体操教室	香月スポーツセンター	健康美容体操教室	要	NPO法人香月・千代スポーツクラブ	617-7626
水曜	9:30～11:30	NPO法人香月・千代スポーツクラブ スマイルウォーキング教室	香月スポーツセンター	基礎体力の増進を図る	要	NPO法人香月・千代スポーツクラブ	617-7626
月曜	19:00～21:00	KFB(香月ファミリーバドミントンクラブ)	香月スポーツセンター	ファミリーバドミントン	不要	KFB	617-0203
水・木曜	10:30～12:30	NPO法人香月・千代スポーツクラブ テニス教室	香月中央公園等	テニス教室	要	NPO法人香月・千代スポーツクラブ	617-7626
毎日(土日祝除く)	7:45～8:30	香月中央自治区会生活安全パトロール	香月中央自治区会全域	自主防犯組織でのパトロール	不要	香月中央自治区会	617-0203
毎月1回以上	問	竹林整備作業(たけのこ部会)	上上津役竹林	荒れた竹林をきれいにし(整備)タエノコも楽しむ会	要	いきがいクラブ	612-3951
毎日	6:30～6:40	ラジオ体操	上津役グラウンド	ラジオ体操	要	いきがいクラブ	612-3951
毎日(雨天・年末年始のみ休み)	6:00～7:00	みんなで歩こう会	上津役グラウンド・公園	ウォーキング	要	いきがいクラブ	612-3951
毎日	5:45～7:00	地域清掃(ゴミ拾い活動)	上津役公園周辺	自宅から上津役公園周辺までゴミを捨ってくる活動	要	いきがいクラブ	612-3951
第2・3水曜	12:30～13:00	地域清掃活動	下上津役3丁目付近	弊社建屋を起点として、周辺清掃活動を行う	要	(株)ゴトウ ケアサポート木輪館	080-2737-8009
月曜	13:00～15:00	上津役コスモス	上津役市民センター	社交ダンス	要	上津役コスモス	612-3568
毎日	7:30～8:20 15:00～16:00	児童見守りパトロール	楠橋小校区内	小学校登下校児童の見守り	要	茶屋の原団地自治区会	617-2263
火曜	8:00～10:00	ふれあい朝市	新幹線ガード下	サロンの役割を果たし地域の活気づくりに貢献している朝市	不要	茶屋の原団地自治区会	618-0824
毎日(雨天中止)	6:30～	楠橋緑団地ラジオ体操	立石池公園	ラジオ体操	不要	楠橋緑団地	618-2509
7/21～8/31	6:30～6:45	自治区会健康づくり事業	茶屋の原公園	夏季ラジオ体操	不要	茶屋の原団地自治区会	617-3994

日程	時間	事業名	会場	内容	申込	問合せ	電話
木曜	13:00～15:00	ペタンクで健康づくり	茶屋の原公園	ペタンク	要	茶屋の原団地 自治区会	617-6684
毎日	6:30～6:45	茶屋の原団地ラジオ体操	茶屋の原公園	ラジオ体操	不要	茶屋の原団地 自治区会	618-0159
毎月末日曜	9:30～12:00	サロンの会	茶屋の原団地公民館	サロン事業	不要	茶屋の原団地 自治区会	618-8912
月曜9:00～12:00 水曜13:00～16:00		卓球で健康づくり	茶屋の原団地公民館	卓球	要	茶屋の原団地 自治区会	617-6684
金曜	10:00～12:00	健康体操	茶屋の原団地公民館	3Bユニーク体操	要	3B体操	617-2276
毎月5・15・ 25日	13:00～14:00	茶屋の原団地パトロール	茶屋の原団地内	パトロール	要	茶屋の原団地 自治区会	617-2263
毎日	早朝及び夕 方	茶屋の原団地ウォーキング	茶屋の原団地内	ウォーキング	不要	茶屋の原団地 自治区会	618-0159
第2・4月曜	13:30～15:30	手話ダンス	黒崎市民センター	手話ダンス	不要	手話ダンス	641-4106
第1・2・3金 曜	9:30～11:30	太極拳クラブ	黒崎市民センター	太極拳	要	太極拳クラブ	641-4106
木曜	12:00～16:00	八幡パドルテニスクラブ	黒崎体育館	パドルテニス	不要	八幡パドルテニ スクラブ	645-1199
火曜	9:00～12:00	おはよう卓球	黒崎体育館	卓球	不要	おはよう卓球	645-1199
月曜	9:00～12:00	八幡卓球	黒崎体育館	卓球	要	八幡卓球	645-1199
金曜	13:00～15:00	ホビー卓球	黒畑市民センター	卓球	要	ホビー卓球	631-8122
金曜	15:00～17:00	さわやか卓球	黒畑市民センター	卓球	要	さわやか卓球会	631-8122
火曜	10:00～12:00	コスモス会	黒畑市民センター	養生気功	要	コスモス会	631-8122
第2・3・4水 曜	15:30～17:00	さわやか体操	黒畑市民センター	ソフトエアロビ	不要	さわやか体操	631-8122
第1・3水曜	10:00～11:30	センター講座「黒畑げんき塾」	黒畑市民センター	健康に関する講話やストレッチ、脳トレ などを行なう	要	黒畑市民セン ター	631-8122
毎日(閉館 日除く)	9:15～9:25	地域でGo! Go! 健康づくり ラジオ 体操	幸神南公園	ラジオ体操	不要	黒畑市民セン ター	631-8122
木曜	13:00～15:00	社交ダンス健康会	木屋瀬市民センター	社交ダンス	要	社交ダンス健康 会	617-1127
木曜 12:00～14:00 金曜 10:00～12:00		城山体育館パドルテニスクラブ	城山体育館	パドルテニス	要	城山体育館パド ルテニスクラブ	601-6811
第2土曜	9:00～10:00	美化パト	陣山市民センター	空き缶拾い・安全パトロール	不要	陣山まちづくり 協議会	661-1657
第3水曜	13:00～15:00	ふれあいサロン	大平公民館	サロン	不要	大平自治区会	090-2969-4866
第3日曜	午前1時間	公園の花作りによる健康づくり	鷹見台公園	公園花壇の整備など	要	花の会	601-5512
水・金・土曜	9:00～10:30	軽スポーツによる年長者の健康づくり	鷹見台公園	ペタンクの練習・試合	要	ペタンク倶楽部	601-5512
火曜	19:00～21:00	ファミリーバドミントン	竹末小学校体育館	ファミリーバドミントン	要	若葉・ファミリーバ ドミントン同好会	080-6412-0970
水曜	14:00～16:00	水仙	千代市民センター	日舞	要	水仙	611-6405
第3火曜	13:00～15:00	ココちよクラス	千代市民センター	ココちよクラス	要	千代市民セン ター	611-6405
月に1回	問	千代地区サロン活動	千代東つどいの家	サロン活動	不要	千代民生委員児 童委員協議会	613-4056
第2・4月曜	10:00～11:30	自力整体なのはな	鳴水市民センター	自分の力で体を整える	要	自力整体なのは な	621-3085
第1・3月曜	13:00～15:00	鳴水コロバーズ	鳴水市民センター	生きがい健康づくり・ボランティア	不要	鳴水コロバーズ	621-3085
第4火曜	10:00～12:00	健康体操	則松いこいの家	椅子に座って音楽に合わせて体操	不要	洞南クラブ	691-3025
月曜	7:30～8:30	水辺クリーンサークル清掃作業	則松金山川水辺の里	水辺の里公園のごみ拾い清掃	不要	水辺クリーン サークル	691-3025
第3日曜	9:00～11:00	歩こう会	則松金山川ステージから 近隣	金山川周辺の散策とゴミ拾い	不要	洞南クラブ	691-3025

日程	時間	事業名	会場	内容	申込	問合せ	電話
第2火曜	8:30～11:00	公園清掃 除草	則松公園	公園清掃・除草	不要	洞南クラブ	691-3025
金曜	9:00～9:45	さわやかサロン「さわやか体操」	則松市民センター	ラジオ体操・ストレッチとダンス	不要	則松市民センター	602-2010
月・水・金曜	9:00～12:00	グラウンドゴルフ	則松高見神社裏グラウンド	グラウンドゴルフ	不要	則松東グラウンドゴルフクラブ	691-3025
毎月1日	8:00～10:00	則松高見神社及び周辺の清掃	則松高見神社周辺	高見神社周辺の落ち葉、ゴミを拾う	不要	則松東グラウンドゴルフクラブ	691-3025
月・水・金曜	8:30～11:30	茶屋の原団地グラウンドゴルフ	馬場山公園 茶屋の原公園	グラウンドゴルフ	要	茶屋の原団地自治会	618-0159
週3日	8:15～11:00	グラウンドゴルフ	馬場山公園 茶屋の原公園	グラウンドゴルフ	要	福岡県GG協会北九州市西部支部曙会	090-2853-9752
火・木・土曜	8:30～11:00	グラウンドゴルフ	福原公園	グラウンドゴルフ	要	福岡県GG協会北九州市西部支部馬場山南クラブ	617-4350
月・火・木・金曜	9:00～12:00	グラウンドゴルフ	藤原公園	グラウンドゴルフ	不要	福岡県GG協会北九州市西部支部藤原	603-0567
第1火曜	13:00～15:00	千代地区サロン活動おげんきですか	船越つどいの家	サロン活動	不要	千代民生委員児童委員協議会	613-4056
火・木・土曜	9:30～	グラウンドゴルフ	古川公園	グラウンドゴルフ	不要	福岡県GG協会北九州市西部支部陣原アミティ	642-6768
土曜	10:30～12:00	社交ダンスクラブ	本城市民センター	音楽に合わせて足腰をきたえる	不要	社交ダンスクラブ	691-2301
第1土曜 第3水曜	13:30～15:30	みどりの会 ふうせんバレー	本城市民センター	風船バレー	要	本城校区社会福祉協議会	691-2301
第3木曜	10:00～12:00	高齢者のサロン事業(つどいの家小集会)	本城つどいの家	歌の練習・ビデオ鑑賞・ストレッチ体操・小物づくり等	要	本城校区社会福祉協議会	691-2301
第3水曜	10:00～12:00	高齢者のサロン事業(ふれあい小集会)	八劔神社社務所	歌の練習・雑談・ストレッチ体操等	要	本城校区社会福祉協議会	691-2301
毎月20日	10:00～12:00	高齢者のサロン事業	柳原公民館	歌の練習・川柳づくり・ストレッチ体操・ぬり絵等	要	本城校区社会福祉協議会	691-2301
火曜	9:00～11:00	ウォーキング	本城陸上公園を中心にして、近隣をウォーキング	ウォーキング、遠足(四季折々の花を愛でる)	要	ウォーキングクラブ	693-9679
木曜	10:30～12:00	的場池体育館 的場太極拳クラブ	的場池体育館	太極拳	不要	的場池管理事務所	631-0180
水曜	12:30～14:30	的場池体育館 健康づくりダンス教室	的場池体育館	社交ダンス教室	不要	的場池管理事務所	631-0180
火曜	15:00～16:30	的場池体育館 初めての社交ダンス教室	的場池体育館	社交ダンス	不要	的場池管理事務所	631-0180
火曜	19:00～20:30	的場池体育館 健康寿命をのばすダンス教室	的場池体育館	社交ダンス教室	不要	的場池管理事務所	631-0180
水曜	15:00～16:30	的場池体育館 ラテンダンス教室	的場池体育館	社交ダンス教室	不要	的場池管理事務所	631-0180
月曜	10:30～12:00	的場池体育館 らくらくフィットネス教室	的場池体育館	フィットネス教室	不要	的場池管理事務所	631-0180
木曜	14:00～16:00	的場池体育館 いきいきエアロビクス教室	的場池体育館	エアロビクス教室	不要	的場池管理事務所	631-0180
金曜	15:00～16:30	的場池体育館 骨盤ストレッチ・チェア体操教室	的場池体育館	骨盤ストレッチ・チェア体操教室	不要	的場池管理事務所	631-0180
火曜	10:00～11:30	的場池体育館 足腰シャキーン！体操教室	的場池体育館	足腰体操教室	不要	的場池管理事務所	631-0180
木曜	10:30～12:00	的場池体育館 自彊術教室	的場池体育館	体操教室	不要	的場池管理事務所	631-0180
火曜	13:30～15:30	的場池体育館 健康体操教室	的場池体育館	健康体操教室	不要	的場池管理事務所	631-0180
金曜	14:30～16:00	的場池体育館 シニア健康教室	的場池体育館	軽スポーツ	不要	的場池管理事務所	631-0180
金曜	10:30～12:00	的場池体育館 ケアビクス教室	的場池体育館	ケアビクス教室	不要	的場池管理事務所	631-0180
水曜	10:30～12:00	的場池体育館 介護予防教室	的場池体育館	介護予防教室	不要	的場池管理事務所	631-0180
水曜	12:00～14:00	的場池体育館 太極柔力球	的場池体育館	太極柔力球	不要	的場池管理事務所	631-0180
金曜	14:00～16:00	的場池体育館 年長者ニュースポーツ	的場池体育館	ニュースポーツ	不要	的場池管理事務所	631-0180

日程	時間	事業名	会場	内容	申込	問合せ	電話
火曜	9:00～12:00	的場火曜卓球	的場池体育館	卓球	要	的場火曜卓球	622-6081
毎日	6:30～6:45	朝のラジオ体操	若葉せせらぎ公園(第1)	ラジオ体操(第1・第2)	不要	朝のラジオ体操	080-6412-0970
毎日	6:45～7:15	朝の太極拳	若葉せせらぎ公園(第1)	朝の太極拳	不要	朝の太極拳	080-6412-0970
木曜	13:00～15:00	ひまわり社交ダンス	熊西市民センター	ダンス	要	ひまわり社交ダンス	621-3182
金曜	10:00～12:00	アロハアイナ熊西	熊西市民センター	フラダンス	要	アロハアイナ熊西	621-3182
第2火曜(全10回)	問	健康料理教室	熊西市民センター	健康料理	要	熊西健康づくり部会	621-3182
第2木曜(全6回)	問	男性シニア料理教室	熊西市民センター	健康料理	要	熊西健康づくり部会	621-3182
火曜	19:00～21:00	リフレッシュ気功	熊西市民センター	気功	要	リフレッシュ気功	621-3182
毎月1回	19:00～20:00	熊西地区生活安全パトロール隊	小学校区	自主防犯組織でのパトロール	不要	熊西まちづくり協議会	621-3182
第3土曜	問	熊西健康ウォーキング	熊西市民センター出発	ウォーキング	不要	熊西健康づくり部会	621-3182
火曜	13:00～15:00	なごみヨガ	穴生市民センター	ヨガ	要	なごみヨガ	641-6026
水曜	10:00～12:00	社交ダンス交友会	穴生市民センター	社交ダンス	要	社交ダンス交友会	641-6026
火・土曜	9:00～11:00	グラウンドゴルフ	春日台グラウンド	グラウンドゴルフ	要	福岡県グラウンドゴルフ協会 北九州市西部支部 南町	612-8024
火・土曜	9:00～11:00	南町グラウンドゴルフ同好会	春日台グラウンド	グラウンドゴルフ	要	永犬丸西市民センター健康推進委員	612-8024
毎日	6:30～7:30	早朝ラジオ体操&ストレッチ	西山池公園	ラジオ体操・ストレッチ	要	永犬丸西市民センター健康推進委員	612-8024
火曜	13:00～15:00	泉ヶ浦公民館 火曜日卓球クラブ	泉ヶ浦公民館	卓球	要	泉ヶ浦公民館 火曜日卓球クラブ	601-6811
第2火曜	13:15～15:15	中尾散歩クラブ	中尾校区及び周辺	ラジオ体操と金山川清掃ウォーキング・散歩	要	中尾散歩クラブ	612-0452
火曜	19:00～21:00	グッピー卓球クラブ	塔野市民センター	卓球	要	グッピー卓球クラブ	612-6308
月1回	7:00～18:00	八児山歩キングクラブ	八児市民センター	山歩き	不要	八児山歩キングクラブ	613-2555
月曜	10:00～12:00	ふよう会	八児市民センター	舞踊	要	ふよう会	613-2555
水曜	10:00～12:00	八児ラージボール卓球	八児市民センター	ラージボール卓球	要	八児ラージボール卓球	613-2555

## 6月号

日程	時間	事業名	会場	内容	申込	問合せ	電話
通年	8:45～9:00	ラジオ体操	青山市民センター	ラジオ体操	不要	青山市民センター	631-0767
通年	問	赤坂防犯パトロール	赤坂地区周辺	防犯パトロール	要	赤坂防犯パトロール	602-5682
金曜	9:00～11:00	グラウンドゴルフ(GOGO健康づくり事業)	穴生公園	グラウンドゴルフ	不要	青山健康づくり実行委員会	631-0767
月曜	14:30～16:30	太極拳たんぽぽ	医生丘市民センター	太極拳	不要	太極拳たんぽぽ	691-2205
毎日(土日以外)	7:30～8:30 15:00～16:00	見守り安全パトロール	医生丘校区内	地域の見守り活動	不要	医生丘校区まちづくり協議会	691-2231
通年	問	上の原3丁目公園愛護会	上の原3丁目公園	公園愛護	不要	上の原3丁目公園愛護会	230-2355
水曜	9:00～10:00	青空体操	永犬丸の森公園	健康体操・ストレッチ	不要	八枝まち協健康づくり活動	601-3296
土曜	10:00～12:00	ペタンクサークル	永犬丸の森公園	ペタンク	不要	八枝まち協健康づくり活動	601-3296
日曜以外	6:30～6:40	早朝ラジオ体操	永犬丸の森公園	ラジオ体操	不要	ボランティアすまいる	692-4345

日程	時間	事業名	会場	内容	申込	問合せ	電話
日曜以外	6:40～7:30	早朝ストレッチ	永犬丸の森公園	ストレッチ運動	不要	ボランティアすまいる	692-4345
毎日	8:00～10:00	グラウンドゴルフ	岡田公園	グラウンドゴルフ	不要	福岡県GG協会北九州市西部支部岡田会クラブ	641-7048
月曜	9:00～11:00	卓球	折尾スポーツセンター	卓球	要	卓球同好会	090-3416-3307
水曜	13:00～15:00	喜楽会クラブ	香月スポーツセンター	ビーチボール及びふうせんバレー、健康体操など	要	健康づくり部会喜楽会クラブ	618-1047
月・金曜	9:00～11:00	グラウンドゴルフ	上上津役1丁目熊野神社横公園	グラウンドゴルフ	要	福岡県GG協会北九州市西部支部つくしクラブ	612-1085
第1月曜	10:00～12:00	ひまわり会(赤坂サロン)	貴船台つどいの家	サロン活動	不要	赤坂市民センター	601-7021
第3日曜	10:00～12:00	「認知症カフェ」で健康講座	後藤外科胃腸科医院デイケア室	「認知症カフェ」における健康講座	要	後藤外科胃腸科医院	692-5100
第2・4日曜	8:00～9:00	ボランティアすまいる道路サポーター	鷹見台バス道路、永犬丸の森公園花壇	道路清掃・花壇整備	不要	ボランティアすまいる	692-4345
第1・3火曜	13:00～16:00	わくわく火曜日	鷹見台会館	健康体操	不要	八枝まち協健康づくり活動	601-3296
火曜	9:30～11:00	健康体操	鷹見台会館	健康体操	不要	ボランティアすまいる	692-4345
第1土曜	10:00～12:00	喜楽会	千代市民センター	健康体操及びニュースポーツ	要	喜楽会	611-6405
月曜以外	8:50～11:30	グラウンドゴルフ	中ノ谷グラウンド他	グラウンドゴルフ	要	福岡県GG協会北九州市西部支部サン・フレンズ	603-6568
毎月20日	9:00～11:00	中の原西公園愛護会	中の原西公園	公園愛護会	要	中の原第2長寿会	612-2941
毎日(日・祭日を除く・12・1月休み)	6:30～6:50 7:30～7:50	中の原自治区会ラジオ体操	中の原東公園グラウンド	ラジオ体操・モーニングストレッチ	不要	中の原自治区会	090-8408-8562
月～金	7:45～10:00	グラウンドゴルフ	中の原東公園グラウンド	グラウンドゴルフ	不要	福岡県GG協会北九州市西部支部中の原クラブ	613-3347
火曜	6:30～6:45	ラジオ体操(GOGO健康づくり事業)	萩原北公園	ラジオ体操	不要	青山健康づくり実行委員会	631-0767
毎月第1土曜	8:30～11:00	健康ウォーキング(GOGO健康づくり事業)	萩原北公園	ウォーキング	不要	青山健康づくり実行委員会	631-0767
毎月第3月曜	10:00～12:00	ペタンク	萩原北公園	ペタンク	不要	青山健康づくり実行委員会	631-0767
7/22～8/10	6:30～7:00	千代校区夏休みラジオ体操	東公園・白岩池公園・船越南公園・椋枝公園	夏休みラジオ体操	要	千代体育委員会	618-1047
第4月曜	8:00～9:00	公園内清掃活動	ひびきの南一丁目公園	公園の除草及び清掃	要	ひびきの南一丁目公園 公園愛護会	601-5059
月・水・金曜	9:00～10:30	星ヶ丘明星会	星ヶ丘東公園	グラウンドゴルフ	要	星ヶ丘明星会(老人会)	618-2779
概ね金曜	9:00～12:00	グラウンドゴルフ教室	本城運動場	グラウンドゴルフ	不要	スポーツパークパートナーズ本城共同事業体	692-0886
7～8月	8:00～8:30	医生丘ラジオ体操	本城西公園広場(医生丘市民センター横)	夏休みラジオ体操	要	医生丘市民センター	691-2205
火曜	9:30～10:30	コアコンディショニング教室(前期・夏期・後期・冬期)	本城陸上競技場	コアを鍛える	不要	スポーツパークパートナーズ本城共同事業体	692-0886
月曜	1部9:00～11:30 2部11:00～12:30 (祝・祭日除く)	体幹ヨガ教室(前期・夏期・後期・冬期)	本城陸上競技場(役員室)	体幹ヨガ	不要	スポーツパークパートナーズ本城共同事業体	692-0886
水曜	9:30～11:30	スロージョギング&ウォーク教室	本城陸上競技場(役員室)	スロージョギング	不要	スポーツパークパートナーズ本城共同事業体	692-0886
隔週土曜	10:00～12:00	スポーツ吹矢教室(前期・後期)	本城陸上競技場(役員室)	スポーツ吹矢	不要	スポーツパークパートナーズ本城共同事業体	692-0886
月・木曜	9:00～11:00	グラウンドゴルフ(GOGO健康づくり事業)	三崎公園	グラウンドゴルフ	不要	青山健康づくり実行委員会	631-0767
火曜	7:00～7:15	ラジオ体操(GOGO健康づくり事業)	三崎公園	ラジオ体操	不要	青山健康づくり実行委員会	631-0767
月・火・木・土曜	9:00～11:00	グラウンドゴルフ	御手洗公園	グラウンドゴルフ	要	福岡県GG協会北九州市西部支部御手洗クラブ	645-0488
奇数月 第2水曜	8:00～9:30	公園内清掃活動	光貞池公園	公園内の草刈、清掃	不要	光貞池公園(3)公園愛護会	090-8391-7018
毎日	6:30～6:40	健康づくり会	光貞台公民館広場	ラジオ体操	要	光貞早朝ラジオ体操の会	601-5059

日程	時間	事業名	会場	内容	申込	問合せ	電話
月・水曜	8:30～11:30	グラウンドゴルフ	屋形船公園	グラウンドゴルフ	要	福岡県GG協会北 九州市西部支部 若芽クラブ	641-0778
月～金曜	7:15～8:00	上の原自治区会第7町会清掃作業	涼天満神社境内	清掃作業、ラジオ体操	不要	上の原自治区 会第7町会	612-8299

◆ 「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  
八幡西区担当: 縄手・太田  
電話: 093-873-1296