

1月の出張相談スケジュール

日	曜日	時間	場所	備考
8	土	13:00~15:00	門司高田年長者いこいの家 門司区大里原町 11 番 20 号 (高田公園内)	いきがい・スマホ相談会
11	火	11:00~14:00	ココクル平野 八幡東区平野 1 丁目 3-2	いきがい・スマホ相談会
17	水	11:30~13:30	北九州市立年長者研修大学校 穴生学舎 八幡西区鉄竜 1 丁目 5 番 1 号	いきがい・スマホ相談会
25	火	11:00~14:00	イオンモール八幡東 1 階いちいがしの広場 八幡東区東田 3-2-102	いきがい・スマホ相談会
29	土	12:30~14:30	若松二島西公園「年長者いこいの家」 若松区鴨生田 2 丁目 9	いきがい・スマホ相談会



講座



日	曜日	時間	内容	定員	参加料
18	火	11~12	フットケア教室 【正しく靴が履けていますか？】 足の構造・機能説明、外反母趾、足底筋膜炎などの原因、改善体操などについて	15 名	500 円

※詳細は、いきがい活動ステーションまでお問い合わせ下さい。