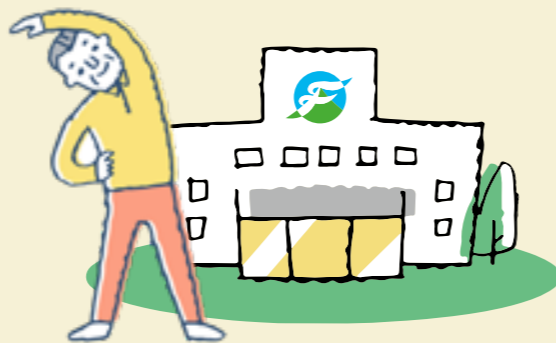


楽しく始めてみませんか？

# 運動教室のご案内



**心**と体の健康を維持するためには、定期的な運動を継続することがおすすめです！習慣化することが実は難しい運動。「一人ではなかなか続かない」と思っている人は、ぜひ運動教室に参加して楽しく健康づくりを始めてみませんか。対象年齢に該当する住民の皆さまは、どの教室でも参加可能です。ただし、参加できるのは1人1教室のみ。町のコスモス体操教室の参加者は申込できません。料金は参加人数などで変更する場合があります。病気治療中の人は、主治医に確認の上お申し込みください。

## 65歳以上 いきいき体操クラブ

日程 ▶ 月4回・火曜日  
 時間 ▶ 13:30～14:30  
 内容 ▶ 軽いエアロビクス、ストレッチなど  
 料金 ▶ 年3,800円 / 保険料 ▶ 年1,200円  
 会場 ▶ 赤池体育センター

## 20～64歳対象 健康づくり教室

日程 ▶ 月2～3回水曜日  
 時間 ▶ 19:20～20:50  
 内容 ▶ 軽い筋トレ、有酸素運動など  
 料金 ▶ 月1,000円 / 保険料 ▶ 年1,850円  
 会場 ▶ 方城分館

## 20歳以上 ステップクラブ

日時 ▶ 月4回・金曜日 / 13:30～15:00  
 内容 ▶ エアロビクス、ストレッチなど  
 料金 ▶ 年2,500円 / 保険料 ▶ 年1,200円  
 ※ 64歳以下の保険料は1,850円  
 会場 ▶ 赤池体育センター

## 60歳以上 はつらつ運動教室

日時 ▶ 毎週水曜日 / 9:30～11:00  
 内容 ▶ 軽い運動、ストレッチなど  
 料金 ▶ 月600円 / 保険料 ▶ 年1,200円  
 ※ 64歳以下の保険料は1,850円  
 会場 ▶ 児童センター

## 20歳以上 コツ骨教室

日時 ▶ 月4回・火曜日 / 13:30～15:00  
 内容 ▶ ボールエクササイズなど  
 料金 ▶ 月400円 / 保険料 ▶ 年1,200円  
 ※ 64歳以下の保険料は1,850円  
 会場 ▶ 金田分館

## 申込・お問い合わせ先

高齢障がい福祉課 ☎ 22-7762

健康づくり教室のみ▼

健康子育て支援課 ☎ 22-3700

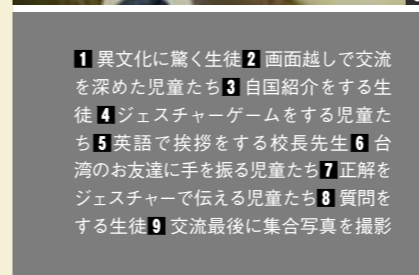
## 介護予防・健康づくり講演会のお知らせ

参加費・予約不要

- 日時** 令和6年1月24日(木) / 13:30～15:00(開場13:00～)
- 会場** 福智町地域交流センター(伊方4478番地1)
- 講師** NPO法人北九州スポーツクラブ連絡会 会長 高橋 八十弥 さん
- 問合せ** 福智町社会福祉協議会 地域福祉課 ☎ 0947-22-3778



【主催】福智町・福智町社会福祉協議会



1 異文化に驚く生徒 2 画面越しで交流を深めた児童たち 3 自国紹介をする生徒 4 ジェスチャーゲームをする児童たち 5 英語で挨拶をする校長先生 6 台湾のお友達に手を振る児童たち 7 正解をジェスチャーで伝える児童たち 8 質問をする生徒 9 交流最後に集合写真を撮影



福智町がグローバル人材育成の環境で、異文化理解を深めることを目的とした世界各国とのオンライン交流をAPCC(NPO法人アジア太平洋子ども会議・イン福岡)とハワイグローバル教育財団の協力のもと、各小中学校と義務教育学校で12月5日～20日の間に行いました。小学校は、6年生を対象に台湾とニューカレドニア、パプアニューギニアの学校と文化紹介や動物ジェスチャーゲームをとおして交流。文化紹介では日本のアニメや学校の給食、福智町の伝統的な祭などを英語で紹介しました。ジェスチャーゲームでは、「動物」という共通のジャンルで、

「動物」という共通のジャンルで、

## 福智町オンライン交流授業

協力 / APCC・ハワイグローバル教育財団

# 世界と交流 広がる親睦



福智町の各学校が世界各国の学校とオンライン交流授業を行いました。生徒と児童たちは世界の異文化交流を通してさまざまな価値観や習慣を知り、視野(世界)を広めました。