

障害福祉に関する講座や研修、イベントなどの情報紙！

いべんとアラカルト 5月号

発行 北九州市障害福祉情報センター

〒804-0067

北九州市戸畑区汐井町 1-6 ウェルとばた 6階

公益社団法人北九州市障害福祉ボランティア協会内



★毎月20日までに情報をいただきますと、翌月1日発行の「いべんとアラカルト」に掲載します。
※紙面の都合上、ご希望に沿えない場合もあります。

◆難聴者・中途失聴者の生活相談

日時 5月10日～31日（各週：日・火）
（日曜日）13時～16時
（火曜日）10時～13時

場所 北九州市難聴者・中途失聴者協会 事務所
（戸畑区汐井町 1-6 ウェルとばた 6階）

内容 聞こえやコミュニケーション、対人関係の問題など日常生活・社会生活上の支援や情報提供を行います。

※都合の悪い方は日時・場所の調整をします。

対象者 難聴者・中途失聴者とその関係者
相談料 無料

問合せ先

北九州市難聴者・中途失聴者協会

FAX/TEL 093-883-3113

（電話対応は火曜日のみ）

◆障害のある人のための就職相談会

日時 5月8日（金） 14時～16時
5月22日（金） 14時～16時

会場 LITALICO ワークス北九州
（戸畑区中本町8-1 4FARO
戸畑駅前ビル4階 戸畑駅より徒歩3分）

LITALICO ワークス小倉

（小倉北区米町1-1-1 小倉駅前ひびきビル5階）

内容 就職を目指す障害のある人、ご家族、関係機関の方を対象とした相談会を開催しています。

体調や症状の事、お仕事の事、就職活動の不安や相談、お困りごとなど、お気軽にご相談ください。ご本人だけでなく、ご家族からのご相談も受け付けております。

対象者 各種障害のある人またはそのご家族、支援者

定員 4名（定員を超えた場合は要相談）

参加費 無料

申込方法 要予約

申込・問合せ先

障害福祉サービス就労移行支援事業所

LITALICO ワークス北九州 TEL 093-873-7488

LITALICO ワークス小倉 TEL 093-513-1030

◆字幕付きプラネタリウム

日時 5月11日（月）～5月17日（日）

会場 スペースLABO（北九州市科学館）
プラネタリウム

（八幡東区東田 4-1-1）

【放映スケジュール】（放映時間 約45分間）

『プラネタリウム

ちびまる子ちゃん 南十字星に魅せられて』

放映時間 12時～12時45分

『COSMIC CRUISE 大宇宙と私たち』

5月11日（月）～5月15日（金）

放映時間 16時30分～17時15分

5月16日（土）、5月17日（日）

放映時間 13時30分～14時15分

料金

一般600円・中高生300円・小学生200円

北九州市・福岡市・熊本市・鹿児島市・下関市在住で65歳以上の方180円

※障害者手帳等をお持ちの方は、付添人1名も無料になる場合がございます。詳しくはホームページの「利用案内」をご覧ください。



内容

聴覚に障害のある方など、より多くの方にお楽しみいただけるよう、今夜の星空解説とプラネタリウム2番組を字幕付きで放映します。

申込方法

プラネタリウムは※事前予約優先制です。

（※30日前からホームページで予約可能）

詳しい放映内容は、ホームページをご覧ください。

申込・問合せ先

スペースLABO（北九州市科学館）

TEL 093-671-4566

FAX 093-671-4568

HP <https://kitakyushuspacelabo.jp/>

HP QRコード



◆ペルシュ 勉強会

日時 5月17日(日) 10時~12時
会場 八幡西生涯学習総合センター 204 会議室
(八幡西区黒崎3-15-3 コムシティ2階)
内容 前半はひきこもり・不登校についてグループに分かれて意見交換、後半は居場所作り・学習会について意見交換
対象者 不登校、引きこもり問題に関心のある方
定員 なし
参加費 無料

問合せ先
ワークネット北九州
090-3410-7397 (森本)

◆Y's (ワイズ) の会よりお知らせ

①つなカフェセミナーNo5

日時 6月17日(水)
10時30分~12時30分
(受付:10時~) 午後はフリートーク
会場 Y'scafe
(戸畑区沢見2丁目6-14)
内容 福祉サービスと相談員の役割についてきいてみよう
講師 春本 泰史氏(相談支援リンク)
安武 和幸氏(相談支援室ま~る)
定員 30名

②小さなお話会 つなカフェ

日時 5月23日(土) 10時~12時
次回は6月22日(月)です。
会場 Y'scafe
(戸畑区沢見2丁目6-14)
内容 発達について相談したい。
ちょっと肩の力を抜いておしゃべりしませんか。ご家族、先輩保護者、相談支援員などと安心して話せる「小さなお話会 つなカフェ」を開催しています。
午後からフリートーク。
定員 6名(先着)
参加費 1,000円(お茶とお菓子付き)

申込・問合せ先
Y's (ワイズ) の会
携帯: 080-2557-9323
メール: yscafe@lup.bbq.jp



◆発達障害に関する相談カフェ

日時 5月28日(木) 13時~14時30分
会場 银杏庵六生倶楽部
(八幡西区鉄王2-2-36)
内容 子どもの行動について気になるけれど、どうすれば良いかわからないという悩みを抱える保護者の方々が気軽に話せる相談カフェを開催します。
ペアレントメンターなど相談経験のあるスタッフがお待ちしております。
対象者 発達障害などが気になる18歳以下の子どもの保護者
定員 5名(先着)
※事前申し込みをお願いします。
参加費 500円(飲み物、お菓子代)

申込・問合せ先
北九州市保健福祉局障害福祉部
精神保健・地域移行推進課 担当 福田・猪上
TEL 093-582-2439 FAX 093-582-2425

◆手作りピザの会 vol.3

本格ピザを作って食べて、楽しみましょう♪

日時 5月31日(日) 10時30分~14時頃まで
会場 東部障害者福祉会館 調理室
(戸畑区汐井町1-6 ウェルとばた7階)
内容 おかげさまで、大反響!
視覚障害の元ピザ職人が教える、本格ナポリピザの生地伸ばし方、トッピングなどを経験して自分で作ったピザを美味しく食べよう!自家製パンチェッタと春キャベツのピザ(予定)
※参加希望、ご質問、ご相談等お気軽にどうぞ
定員 15名(先着)
参加費 1,500円(材料費)



申込・問合せ先
ピッツニア 担当: 清水
mail mailto:pizzania2025@gmail.com

◆東部障害者福祉会館の講座

①パン教室

日時 6月7日(日) 10時~13時30分
会場 東部障害者福祉会館 調理室
(戸畑区汐井町1-6 ウェルとばた7階)
内容 パン作りを基本から学びます。
生地からこねてパンを焼いてみませんか?
講師 林 美香氏
(手作りパン教室 アトリエ mica)
対象者 障害のある人
定員 8名(抽選)
参加費 1,000円(材料代)
申込締切 5月23日(土)

QRコード →



②スイーツ教室

日時 6月28日(日) 10時~12時
会場 東部障害者福祉会館 調理室
(戸畑区汐井町1-6 ウェルとばた7階)
内容 焼きたてのスコーンと、スコーンに添える季節のジャムを作ります。家庭でも作れるスイーツを気軽に楽しみましょう。
講師 高波 まさみ氏
(café à table カフェ アターブル)
対象者 障害のある人
定員 12名(抽選)
参加費 1,000円(材料代)
申込締切 6月13日(土)



QRコード →



申込方法

- ・下記へお申込みください。必要な合理的配慮がありましたら申込み時にお伝えください。
(要約筆記手話通訳、資料のデータ化、点字化、見守り、介助など)当日は、スタッフがいますので安心してご参加ください。
- ・聴覚障害のある人はFAXに講座名、郵便番号、住所、氏名(ふりがな)、連絡先を記入してお申込みください。

申込・問合せ先

北九州市立東部障害者福祉会館
TEL 093-883-5550 FAX 093-883-5551

◆視覚障害者生活教室

①「簡単体操講座」

日時 6月14日(日) 10時~12時
会場 東部障害者福祉会館 音楽室
(戸畑区汐井町1-6 ウェルとばた6階)
内容 フレイル(心身の活力低下)予防などに役立つ、やさしい体操を行います。
※タオル、水分補給のための飲み物などご準備ください。
定員 15名(先着)
材料費 無料
申込開始 5月17日(日)から

②「クラフトテープを使ったリース作り」

日時 6月21日(日) 10時~12時
会場 東部障害者福祉会館 研修室6C
(戸畑区汐井町1-6 ウェルとばた6階)
内容 リースの大きさが15cm~20cmで花や草をあしらいます。
定員 5名(先着)
材料費 500円(材料費)
申込開始 5月17日(日)から



①②共通事項

対象者 視覚に障害のある人

申込・問合せ先

北九州市立点字図書館
TEL 093-645-1210 FAX 093-645-1601

障害のある人の

スマホ
パソコン **相談会**

祝日をのぞく毎週水曜日

10:00 スタート

スマホ
パソコンのお困り
サポーターが
一緒に考えます

まずは
ご相談ください



093-882-6770

◆西部障害者福祉会館の講座



①「本格ボロネーゼスパゲッティとパン作り講座」

日時 6月15日(月)
10時30分～12時30分
会場 西部障害者福祉会館 料理講習室
(八幡西区黒崎3丁目15-3コムシティ5階)
内容 ソフリットの旨味を活かし“煮込まず”
に仕上げる濃厚ボロネーゼを学ぶ本格講
座。香り立つソースのコツを体験しなが
ら、パン作りも楽しめる、家庭で再現で
きるプロの技が詰まった贅沢な時間です。
講師 高木 寿夫先生 (洋食屋LAMP)
林 茂樹先生 (手作りお菓子のはやし屋)
定員 6名(抽選)
参加費 2,000円(材料代)
申込締切日 6月7日(日)

QRコード →



②「トラパネーゼソース スパゲッティとパン作り講座」

日時 7月6日(月)
10時30分～12時30分
会場 西部障害者福祉会館 料理講習室
(八幡西区黒崎3丁目15-3コムシティ5階)
内容 シチリアの定番料理「トラパネーゼソ
ース」の冷製スパゲッティを作ります。トマ
ト、アーモンド、バジリコの香り豊かなソ
ースで、夏にぴったりの爽やかな一皿を楽
しみましょう。さらに、スパゲッティにぴ
ったり合う“とっておきのパン”も作りま
す。
講師 高木 寿夫先生 (洋食屋LAMP)
林 茂樹先生 (手作りお菓子のはやし
屋)
定員 16名(抽選)
参加費 2,000円(材料代)
申込締切日 6月26日(金)

QRコード →



①・②共通事項

対象者 市内在住か勤務している障害のある人
申込方法

- ・下記へお申込みください。必要な合理的配慮が
ありましたら申込み時にお伝えください。
(要約筆記手話通訳、資料のデータ化、点字化、
見守り、介助など)当日は、スタッフがいます
ので安心してご参加ください。
- ・聴覚障害のある人はFAXに講座名、郵便番号、住
所、氏名(ふりがな)連絡先を記入してお申込みく
ださい。

申込・問合せ先

北九州市立西部障害者福祉会館(担当:岩永)
TEL 093-645-1300 FAX 093-645-1600
※QRコードの読み込みができない方は
s-4koza@kita9-s.comへメールをして下さい。

◆北九州市障害者スポーツセンター

「アレアス」主催のスポーツ教室・相談

・障害者スポーツリハビリ専門相談

日時 6月21日(日)
対象 障害者手帳をお持ちの人 2名(要予約)
募集期間 5月1日～5月31日

・障害者スポーツなんでも相談

「スポーツをやってみたいけれど、何から始めれば
よいか分からない」「自分に何が出来るのだろう…」
「アレアスの使い方を知りたい」・・・なんでも構
いません。まずはお気軽にお電話ください。

日時 相談のうえ決定します。

対象者 障害者手帳をお持ちの方 定員なし
募集期間 随時

*各教室のお知らせ

・エンジョイスポーツデー

日時 5月24日(日) 10時～12時
対象 障害のある7歳以上の人とその家族15組

・親子deわいわいプール広場A・B

日時 5月10日(日)
A 10時～11時
B 11時～12時
対象 障害のある4歳から12歳までの人とその
保護者 各10組

申込み・問合せ先

北九州市障害者スポーツセンター「アレアス」
〒802-0061 北九州市小倉北区三郎丸3-4-1
TEL 093-922-0026 FAX 093-922-0041
HP www.kitakyushu-ssc.jp

