

8/15
2013
平成25年

ほっと情報!もじ



- 時間は24時間表記。
- 料金について記載のない催しは入場無料(参加無料)。
- 申し込みはがき「基本事項」の記入方法は4ページを参照。
- =申し込み 問=問い合わせ
- 共通=共通の内容

編集 門司区役所総務企画課 ☎331・1881(代表) ☎332・3542

大里ピアストリート

市場や商店街の新鮮な食材を楽しめるピアガーデン形式のイベント。新グルメ「だいいりバーガー」も初登場。8月31日(土)17～21時、大里柳市場と戸ノ上市場一帯で。☎門司区役所総務企画課☎331・1881内線263へ。

「北九州大水害」を知っていますか?

▶「北九州大水害」を語る市民のつどい=スライド鑑賞や体験者が語り合います。9月1日(日)13時30分～15時20分、関門海峡らいぶ館(旧JR九州本社ビル1階)で ▶写真で見る門司の「北九州大水害」=門司区内の被災写真。8月29日(木)～10月1日(火)の10～17時、思ひ出ステーション門司(関門海峡らいぶ館横)で。共通☎門司区役所総務企画課☎331・1881内線262へ。

保育まつり

リズムダンスや遊具遊びなど。9月7日(土)11時～14時、門司港レトロ地区多目的広場で。対象は、乳幼児と保護者。雨天中止。☎門司区役所保健福祉課☎331・1881内線413へ。

「シルバー文化祭」と「ぬくもり作品展」

▶高齢者作品展「シルバー文化祭」=9月11日(水)～13日(金)の9～17時(13日は15時まで)。絵画などの展示 ▶障害者福祉施設等合同文化祭「ぬくもり作品展」=9月11日(水)・12日(木)の10～16時。バザーや作品などを展示。共通☎門司生涯学習センターで。☎門司区社会福祉協議会☎331・3688へ。

音楽講座「なでしこの花コンサート」

二胡とピアノの演奏。9月28日(土)14～15時30分、丸山市民センターで。先着70人。☎8月19日から同センター☎332・1651へ。

門司区文化祭「美術展」の作品を募集

洋画・日本画・水墨画・版画・切絵・彫刻などの作品。展示は9月5日(木)～11日(水)の9～17時(11日は16時まで)。

旧門司税関で。出品料2000円(17歳以下は1000円)。☎搬入日など詳細は門司区役所コミュニティ支援課☎331・1881内線642へ。

健康講座

▶「一生自分の歯で食べよう」=8月28日(水) ▶「高齢者の腰痛疾患についてと簡単な体操」=9月4日(水)。共通 いずれも13～14時。松ヶ江南市民センター(吉志新町二丁目)で。定員各50人。☎同センター☎481・0290へ。

統合失調症の人の家族のための教室

9月10日～来年1月14日のおおむね毎月第2火曜日(全5回)13時30分～15時30分、門司区役所で。先着10組。☎8月19日から門司区役所保健福祉課☎331・1881内線485へ。

おいしく食べるうす味教室

うす味にする話と調理実習。9月10日(火)・17日(火)(全2回)の10～12時、門司区役所別館(錦町市民センター2階)で。先着25人。☎8月19日から門司区役所健康相談コーナー☎331・1881内線451へ。

生活習慣病予防講演会「いまさら聞けない! 高血圧のはなし」

9月28日(土)14～16時、大里柳市民センターで。先着80人。☎8月19日から門司区役所保健福祉課☎331・1881内線454へ。

門司体育館のスポーツ教室

- ①健美操 9月2日～12月16日のおおむね毎週月曜日(計12回)15時15分～16時15分。対象は20歳以上。先着20人。参加費6300円。
- ②ヘルスプロモーション ストレッチ体操やリズム体操など。9月2日～12月16日のおおむね毎週月曜日(全12回)13時30分～15時30分。対象は40歳以上。定員40人。参加費6300円。
- ③年長者健康 ストレッチ体操やニュースポーツなど。9月4日～11月20日のおおむね毎週水曜日(全12回)14～16時。対象は軽い運動ができる

65歳以上。定員80人。参加費3150円。

④ダンス いずれも9月5日～11月21日の毎週木曜日(全12回)。▶小学5年生～中学3年生クラス=18～19時 ▶高校生以上クラス=19時30分～20時。④の共通 先着各クラス20人。講習料各6300円。

共通 門司体育館で。☎往復はがき(1人だけ)に基本事項を書いて8月25日までに同施設(〒800-0031門司区高田一丁目20-1、☎381・6445)へ。

胃がん検診

- ▶清見市民センター=9月3日(火)
- ▶松ヶ江南市民センター=9月6日(金)
- ▶田野浦市民センター=9月17日(火)
- ▶松ヶ江北市民センター=9月24日(火)。共通 いずれも9～11時、対象は35歳以上(妊婦は除く)。先着各日40人。受診料1000円(40～69歳は900円。無料の制度の対象となる、市民税非課税世帯や70歳以上の人は☎を)。
- ☎8月19日から門司区役所健康相談コーナー☎331・1881内線453へ。

健診で健康チェック

- 特定健診 対象は40～74歳の国民健康保険加入者。受診無料。国民健康保険証と特定健診受診券を持ってどうぞ。後期高齢者医療被保険者証をお持ちの人は福岡県後期高齢者医療広域連合☎092651・3111に☎を。
- 若者健診 対象は18～39歳。受診料1000円。
- 結核・肺がん検診 対象は40歳以上。受診無料(喀痰検査は900円)。
- 骨粗しょう症検診(9月5日だけ) 対象は18歳以上。受診料1000円。
- 肝炎ウイルス検査 対象は過去に受診したことのない人。受診無料。
- 大腸がん検診 対象は40歳以上。受診料500円。
- 前立腺がん検診 対象は50歳以上の男性。受診料1000円。
- 共通▶門司区医師会健診会館(小森江三丁目)=9月5日(木) ▶大積公民館=9月11日(水) ▶大里南市民センター=9月18日(水) ▶大里柳市民

センター=9月25日(水)。いずれも13時30分～15時。70歳以上の人などを対象にした受診料免除の制度があります。詳細は門司区役所健康相談コーナー☎331・1881内線457へ☎を。

無料人権法律相談

司法書士が応じます。9月3日(火)13時30分～15時30分、新門司地域交流センターで。先着4組。☎当日9時から同センター☎481・4599へ。

健康だより

門司区役所
☎331・1881(代表)

元気で長生き食卓相談 健康を考えた食事の相談に応じます。希望者には、みそ汁の塩分測定や体組成測定も行います。9月3日(火)10～15時、門司区役所別館で。対象は65歳以上。先着8人。☎8月19日から健康相談コーナー☎内線451へ。

マタニティスクール 妊娠中の食生活の話や赤ちゃんのタッチケア、交流会など。9月11日(水)・18日(水)・25日(水)(全3回)の13時20分～15時(11日は15時30分まで)、門司区役所別館で。対象は妊婦と家族。母子健康手帳が必要。☎健康相談コーナー☎内線452へ。

すくすく相談 児童心理司が応じます。9月12日(木)14～16時、門司区役所別館で。対象は心と言葉の発達などに不安のある未就学児と保護者。定員4組。☎9月2日までに健康相談コーナー☎内線457へ。

わいわい子育て相談 小児科医師などが応じます。9月12日(木)13時15分～15時30分、門司区役所別館で。対象は心身の発達などに不安のある未就学児と保護者。定員6組。☎9月2日までに健康相談コーナー☎内線457へ。

シニア料理教室(初心者コース) 栄養についての講話と調理。9月19日(木)・26日(木)(全2回)13～15時30分、松ヶ江南市民センターで。対象は65歳以上の料理初心者。先着16人。☎8月19日から健康相談コーナー☎内線451へ。

広告 くもんの先生になりませんか。KUMON

くもんの先生は、子ども一人ひとりの能力を育みながら、自らも一緒に成長できる、とてもやりがいのある仕事です。

まずは説明会にご参加ください。
※ご参加につきましては、完全予約制となっております。
3日前の17:00までにお申し込みください。

| 日程 | 時間 | 会場 |
|---------|-------------|---------------------|
| 9/2(月) | 10:30～12:00 | 日本公文教育研究会 北九州事務局 |
| 9/3(火) | 10:30～12:00 | |
| 9/4(水) | 10:30～12:00 | |
| 9/5(木) | 10:30～12:00 | |
| 9/6(金) | 10:30～12:00 | |
| 9/7(土) | 10:30～12:00 | 黒崎子どもの館 パーティールーム |
| 9/9(月) | 10:30～12:00 | |
| 9/12(木) | 10:30～12:00 | |
| 9/13(金) | 10:30～12:00 | |
| 8/22(木) | 10:30～12:00 | 海峽メッセ下関802会議室 |
| 9/5(木) | 15:00～16:30 | |
| 9/8(日) | 10:30～12:00 | |

50歳までの女性であればどなたでも応募していただけます。
上記以外に説明会のご希望日時がありましたらお知らせください。

●お問い合わせ先●
日本公文教育研究会 北九州事務局 〒802-0001 小倉北区浅野2-14-1 ☎093-511-0191
小倉興産KMMビル7F

☎0120-834-414 (受付時間: 9:30～17:30 日・休)

※お問い合わせ・詳しい資料の請求はインターネットからでもできます。 くもんの先生 検索

広告 あなたは借金を払い過ぎていませんか?
払いすぎたお金は取り返すこともできます。
力になります。専門家にご相談ください。

過払金請求 | 自己破産 | 相続登記

日曜相談会
8/25開催
お気軽にお問い合わせ下さい。(要予約)

相談無料 | 費用分割可 | 秘密厳守

司法書士 S&S 法務事務所 JR黒崎駅前(南口)
北九州市八幡西区黒崎3-1-3 菅原第一ビル2階 TEL.093-644-8558
[代表司法書士]妹尾英司 福岡県司法書士会所属 認定番号:第329144号

まずはお電話にてご予約ください ☎0120-930-570

※法律相談は司法書士法第3条に定める訴訟額の範囲に限ります。
COM CITY JR黒崎駅 井筒屋

市政だよりに掲載したあなたの写真を差し上げます。申し込みは、広報室広報課☎582・2236へ。本紙は古紙ハルプを含む再生紙を使用しています。1303001F