



3/1  
2014  
平成26年

# こくらきた

編集 小倉北区役所総務企画課 ☎582・3311(代表) FAX 581・5496

- 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。
- 甲=申し込み 問=問い合わせ
- 共通=共通の内容

## 無料相談

**人権法律相談** 弁護士が応じます。3月11日(火)13時30分～16時30分、山田地域交流センターで。先着6組。☎電話で当日9時から同センター☎581・4159へ。

**法律相談** 司法書士が応じます。3月19日(水)14～16時30分、西小倉市民センターで。先着8組。☎3月3日から同センター☎592・1603へ。

**心配ごと相談** 毎週水・金曜日(祝・休日は除く)の13～16時、心配ごと相談所(小倉北区役所5階)で。面談か電話(☎582・3441)で応じます。☎小倉北区社会福祉協議会☎571・5452へ。

## 保健福祉無料相談

**①精神保健福祉相談** 医師が応じます。3月12日(水)13時30分～15時30分。先着2組。

**②アルコール相談** 酒害相談員が応じます。3月12日(水)13時30分～15時30分。先着2組。

**③高齢者・障害者あんしん法律相談** 弁護士が応じます。3月20日(木)13～17時。対象はおおむね65歳以上の要支援高齢者や家族など。

**④高齢者等住宅相談** 介護の必要な高齢者や障害者のための住まいづくりや住宅改造など。随時。

**共通** 小倉北区役所で。甲①②は3月3日から、③は3月17日まで、④は事前に小倉北区役所高齢者・障害者相談コーナー☎582・3430へ。

## 京町朝市

藍島の海産物や地元の野菜などを販売。3月15日(土)9～12時、京町銀天街(京町二丁目)で。☎小倉北区役所総務企画課☎582・3335へ。

## 「小倉北区子どもまつり」のステージ出演者を募集

4月20日(日)10～15時30分、西日本総合展示場新館(小倉駅北側)で。対象は子どもを含むグループか、子ども向けの演目を行う個人やグループ。定員10組程度。出演時間は1組10～15分程度。

☎3月20日まで。詳細は小倉北区役所コミュニティ支援課☎582・3322へ。

## 町内会・自治会に入りましょう!

毎日の生活では個人や家庭内だけで解決できない問題や課題に直面することがあります。それらを解決するためには地域の力が欠かせません。同じ地域に住む人同士がお互いに助け合い支え合って問題解決に取り組み、自分たちの力でより生活しやすい地域に変えていくことが求められています。町内会や自治会への加入はその第一歩です。☎小倉北区役所コミュニティ支援課☎582・3337へ。

## 北九州市コールセンター(ひまわりコール)のご利用を

市役所や区役所の手続き、市のイベント、施設などの市政情報や生活情報に関するお問い合わせについて案内します。問い合わせ先が分からない場合や土・日曜日、祝・休日でも利用できます。受け付けは8～21時(ファクス、Eメールは24時間)。☎北九州市コールセンター☎671・8181、FAX671・0088、Eメールは市のホームページからどうぞ。

## 点字版・音声版市政だよりのご利用を

視覚障害者(身体障害者手帳1・2

級程度)に点字版か音声版(デジター版とテキスト版あり)の市政だよりを送付します。詳細は広報室広報課☎582・2236へ。

## 地域交流センターの講座

**①貴船(☎921・5303)** ▶さげもん＝4月17日～来年1月22日のおおむね隔週木曜日(全20回) ▶はじめてのエクセル＝4月15日～5月16日のおおむね毎週火・金曜日(全8回)。

**②下富野(☎521・3266)** ▶高齢者わくわく生きがい＝毎週水曜日(全26回) ▶フラワーアレンジメント＝第4木曜日(全6回) ▶料理＝第1・3木曜日(全12回) ▶気功＝おおむね第2・4火曜日(全12回) ▶ピーズ＝おおむね第2・4火曜日(全12回) ▶囲碁＝おおむね第1・3土曜日(全12回) ▶アートフラワー＝第1・3金曜日(全12回) ▶手づくりパン＝第1・3水曜日(全12回) ▶ヨガ・ストレッチ＝第2・4月曜日(全12回) ▶洋裁＝第2・4木曜日(全12回) ▶大正琴＝おおむね第1・3・4火曜日(全18回) ▶着物着付け＝第1・3木曜日(全12回) ▶よさこい＝第1・3木曜日(全12回)。**②の共通** 4～9月(祝・休日は除く)。

**③山田(☎581・4159)** ▶料理入門＝4月4日～6月20日のおおむね隔週金曜

日(全7回) ▶和菓子づくり＝4月5日～6月21日のおおむね隔週土曜日(全6回) ▶健康体操＝4月5日～9月27日のおおむね毎週土曜日(全25回) ▶親子リトミック体操＝4月7日～9月1日のおおむね第1・3月曜日(全9回) ▶骨盤矯正体操＝4月9日～9月24日のおおむね毎週水曜日(全22回) ▶はじめてのヨガ＝4月9日～9月24日のおおむね毎週水曜日(全24回) ▶はじめてのパソコン＝4月10日～6月26日の毎週木曜日(全12回)。

**共通** 詳細は各センターへ。

## 図書館だより 3月

中央図書館・勝山こどもと母のとしよかん☎571・1481

**ブックスタートおはなし会**

7日(金)11～11時30分。

**おはなしポケットのおはなし会**

8日(土)14時30分～15時。

**かつやまポッポおはなし会**

14日(金)11～11時40分。

**おりがみであそぼう**

15日(土)14時30分～15時30分。

**森のおはなし会**

21日(祝)11～11時30分。

**ムーミンのおはなし会**

28日(金)11～11時30分。

**共通** 毎週月曜日と4月1日(火)は休館。貸し出し・催しともに無料。

## 健康ひろば

☎小倉北区役所健康相談コーナー ☎582・3440

**①②**は70歳以上の人などを対象にした無料の制度があります。年齢の分かるものが必要。

### ①健診に行こう

**特定健診** 対象は40～74歳の国民健康保険加入者。受診無料。健康保険被保険者証と特定健診受診券が必要。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。

**大腸がん検診** 対象は40歳以上。受診料500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)。

**肝炎ウイルス検査** 対象は過去に同検査を受けたことがない人。検査無料。

**前立腺がん検診** 対象は50歳以上の男性。受診料1000円。

**①の共通** 3月27日(木)13時30分～15時、小倉北区役所で。

**②胃がん検診** ▶小倉北区役所＝3月26日(水)9～10時30分 ▶小倉医師会健診センター(中島一丁目)＝4月1日(火)9～10時30分。**②の共通** 対象は35歳以上(妊婦は除く)。先着各45人。

受診料1000円(40～69歳は900円)。

☎3月3日から。

**③ほやほや赤ちゃん教室** 赤ちゃんとかかわり方や絵本の読み聞かせなど。3月18日(火)13時15分～15時、小倉北区役所で。対象は0歳1カ月～0歳5カ月の乳児と保護者。母子健康手帳が必要。

**④HIV・性感染症検査** 問診と採血を行います。結果は1週間後に検査会場で直接本人に伝えます。毎週火曜日(祝・休日は除く)の9～11時、小倉北区役所で。対象は感染の可能性があった日から8週間以上経過した人。検査無料(問診の結果、有料となる場合があります)。