

2/15
2015
平成27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)。
- はがき・往復はがき・電子申請の応募方法は6ページを参照。
- =申し込み 問=問い合わせ
- 共通=共通の内容 回=市の担当課
- ネット=ネット窓口(電子申請)

編集 門司区役所総務企画課 ☎331・1881(代表) FAX 331・1805

市立門司病院の健康セミナー

テーマは「看護師が教える冷えによる肩こり対策」、体脂肪・BMI測定、血圧測定とリハビリスタッフによる健康体操など。2月26日(木)14～15時。問同病院地域医療連携室☎381・3588へ。

女性のための相談室

2月25日(水)15～17時、レディスもじ(下馬寄)で。学生は除く。定員2組。
■2月20日9～12時、同施設☎371・4649へ。

無料人権法律相談

金銭・土地・家屋・人権・親族関係などの相談に司法書士が応じます。3月5日(木)13時30分～15時30分、新門司地域交流センターで。先着4組。

■3月4日9時から同センター☎481・4599へ。

「門司区子どもまつり」の出演団体を募集

4月29日(祝)に旧大連航路上屋で開催する「門司区子どもまつり」のステージ出演団体を募集します。対象はおおむね高校生以下を中心とする団体。定員6～8組。■2月16日～3月6日。詳細は門司区役所コミュニティ支援課☎331・1881内線643へ。



ジュニアスイミング教室

段階に応じてクラス分けし、泳法を学びます。3月10日(火)～14日(土)(全5回)の17時40分～18時40分、新門司温水プールで。対象は新小学1～新小学4年生。定員30人。受講料など3390円。■往復はがき(1人だけ)に基本事項と泳力を書いて2月22日までに同プール(〒800-0115門司区新門司三丁目5、☎481・2707)へ。

「健康マイレージ」の景品応募はお早めに

健康マイレージの応募締切は3月5日(木)です。応募はがきにシールを貼り付け、健診受診日など必要事項をご記入の上、ご応募ください。門司区社会福祉協議会(門司区役所2階)の窓口にも応募箱を設置しています。詳細は北九州市社会福祉協議会☎873・1296へ。



高齢者の交通事故が多発しています!

2・3月は高齢者の交通事故が多い月です。交通安全に心がけましょう。



歩行者「止まって、見て、待って渡る」

夜間外出する際は、明るい色の服や反射材などを着用しましょう。

運転者「よく見る、早く見つける」

十分な車間距離をとり、道路や周囲の状況に応じた安全な速度で走行しましょう。横断歩道のない交差点でも歩行者が横断することがあるので注意しましょう。

問門司区交通安全推進協議会☎331・1881内線272へ。

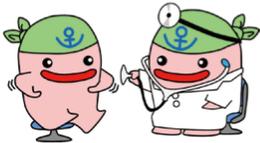
健康だより

門司区役所
☎331・1881(代表)

①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に問を。

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(3月19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。

①の共通 3月※1日(日)・12日(木)・19日(木)の13時30分～15時(※は9～10

時30分)、門司区医師会健診会館(小森江三丁目)で。

②**胃がん検診** 3月1日(日)9～10時30分、門司区医師会健診会館(小森江三丁目)で。対象は35歳以上(妊婦は除く)。先着40人。受診料1000円(40～69歳は900円)。■2月18日から健康相談コーナー☎内線453へ。

①②の共通 70歳以上の人などを対象にした無料の制度があります。詳細は健康相談コーナー☎内線453へ問を。

③**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。3月3日(火)10～15時、門司区役所別館(錦町市民センター2階)で。対象は65歳以上。先着8人。■2月17日から健康相談コーナー☎内線451へ。

④**パパママスクール** 沐浴実習や妊娠から育児までのお話など。3月14日(土)9時30分～12時(受け付けは9時15分から)、門司区役所別館(錦町市民センター2階)で。対象は初めて子どもが誕生する夫婦。先着20組。母子健康手帳が必要。■2月18日から健康相談コーナー☎内線454へ。

「思ひ出ステーション門司」の展示作品を募集

施設の趣旨に合った写真や絵画など。展示は原則2週間(4月2日から開始)。■3月1日から随時。詳細は同施設☎342・9380へ。

「思ひ出ステーション門司」とは?

門司の歴史にまつわる写真や絵画などを企画展示し、誰もが思い出に浸ることのできる場づくりを行っています。現在、「門司百年の歩み」や「門司むかしばなし」を展示中です。

また、統廃合となった区内の旧県立高校(4校)に残る記念の品や資料なども常設展示しています。

場所は、門司港駅前にある『旧JR九州本社ビル』の1階(門司区西海岸一丁目6-2)です。お近くにこられた際は、是非ご覧ください。

開館時間: 10～17時

入館料: 無料

休館日: 毎週水曜日、年末年始

☎: 342・9380

