

*高塔山夜景キャッチコピー「河童の隠した宝宝箱」

3/15
2016
平成28年

わかまつ

編集 若松区役所総務企画課 ☎761・5321(代表) FAX 751・6274

- 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。
- 甲=申し込み 問=問い合わせ
- 共通=共通の内容 関=市の担当課
- ネット=ネット窓口(電子申請)

400m献血にご協力を

4月4日(月)10～12時と13～16時、若松区役所で。対象は体重50kg以上で男性17～69歳と女性18～69歳(65歳以上は60～64歳に献血経験があること)。献血カードか身分証明書が必要。問若松区役所コミュニティ支援課☎761・5321内線265へ。

響灘「緑の回廊」をつくらう! 植樹会の参加者を募集

ドングリの苗5000本を植樹します。3月26日(土)(荒天時は27日(日))10～12時(受け付けは9時30分から)、国道495号沿い(向洋町)で。スコップ、軍手などが必要。若松駅などからの無料シャトルバスあり(時間などは問を)。問環境局環境科学研究所☎582・2239へ。

講習会「初夏に草花でコンテナづくり」

4月9日(土)10～12時、グリーンパーク(大字竹並)で。先着15人。受講料1000円(別に入園料が必要)。甲3月17日から同施設☎741・5545へ。

北九州市営バスの「ふれあい定期」のご利用を

75歳以上が市営バスの市内区間を何度でも乗り降りができる「ふれ

あい定期」を販売しています。3カ月8000円、6カ月1万4000円、12カ月2万4000円(初回購入時に預り金500円が必要)。年齢が確認できる証明書が必要。購入窓口はNC若松商連案内所(本町二丁目)、折尾駅前案内所(八幡西区北鷹見町)、二島案内所(二島一丁目)、旅行センター(小倉北区役所地下1階)、若松営業所(東小石町)、向田営業所(八幡西区三ツ頭二丁目)。問交通局総務経営課☎771・8401へ。



折尾スポーツセンターのスポーツ(全12回)

レディースシェイプアップ教室 有酸素運動など。4月6日～6月29日のおおむね毎週水曜日9時30分～11時30分。定員40人。

女性スイミング教室 段階に応じて学びます。4月8日～7月1日のおおむね毎週金曜日10～12時。定員30人。

共通 折尾スポーツセンターで。対象は18歳以上の女性。保険料など各6000円。甲往復はがき(1人だけ)に基本事項を書いて3月22日までに同センター(〒807-0874八幡西区大浦

三丁目9-1、☎691・0812)へ。

本城体育施設管理事務所のスポーツ(全10回)

①ウォーキング教室 4月6日～6月15日の毎週水曜日9時30分～11時30分。定員20人。保険料など2000円。

②体幹ヨガ教室 4月11日～6月20日のおおむね毎週月曜日11～12時30分。定員10人。保険料など4000円。

共通 本城陸上競技場で。対象は18歳以上。甲往復はがき(2人まで)に基本事項を書いて①は3月31日、②は4月5日までに本城体育施設管理事務所(〒807-0806八幡西区御開四丁目16-1、☎692・0886)へ。

桃園室内温水プールのスポーツ(全48回)

①腰痛改善ウォーキング教室 水圧や水の抵抗を利用したウォーキングやストレッチ、水中整体など。▶金曜日の部=4月1日～来年3月31日の14時30分～15時30分 ▶水曜日の部=4月6日～来年3月29日の15時30分～16時30分。①の共通 受講料月額4000円と保険代1850円。

②初心者水泳教室 ▶土曜日の部=4月2日～来年3月25日の13時30分～14時30分。初心者コースと中級者コースあり ▶木曜日の部=4月7日～

来年3月30日の15時30分～16時30分。初心者コースと中級者コースとマスターズコースあり。②の共通 受講料月額3500円と保険料1850円。

③プリンススイミング教室(中級者向け) ▶土曜日の部=4月2日～来年3月25日の13時25分～14時30分 ▶火・木曜日の部=4月5日～来年3月28日の13時20分～14時20分。③の共通 受講料月額3500円と保険料1850円。

共通 桃園室内市民プール(八幡東区桃園三丁目)で。対象は18歳以上。先着各教室各部各コース10人。甲3月21日から。詳細は桃園体育施設管理事務所☎671・3503へ。

健康だより

問 甲 若松区役所健康相談コーナー ☎761・5321(内線441)

乳がん検診

4月21日(土)13時30分～16時30分、青葉市民センターで。対象は昨年度受診していない40歳以上の女性。先着50人。受診料1000円。甲3月23日8時30分から問先へ。

わいわい子育て相談

小児科医、臨床心理士、作業療法士、保育士、栄養士、保健師が応じます。4月13日(水)13～15時、若松区役所で。対象は心・体の発達が気になる未就学児と保護者。定員4組。甲4月11日までに問先へ。

食生活相談

健康を考えた食生活の相談に栄養士が応じます。希望者には体脂肪測定やみそ汁の試飲もあり。4月6日(水)10、11、13、14時(各1人)、若松区役所で。対象は64歳以下。定員4人。甲4月4日までに問先へ。

離乳食教室

「離乳のすすめ方」の話と調理実演、試食など。4月12日(火)13時20分～15時30分、若松区役所で。対象は離乳開始から7カ月(2回食)までの乳児と保護者。母子健康手帳が必要。



狂犬病予防注射と飼い犬登録を

生後91日以上の犬は、一生に1回の飼い犬登録と年1回の狂犬病予防接種が必要です。注射料金は1匹3120円(未登録の犬は別に3000円が必要)。通知ハガキの問診欄に当日の健康状態を記入の上、飼い犬が逃げないように首輪などをしっかり締めて来場してください。なお、獣医師の判断により注射ができない場合もあります。雨天決行。問動物愛護センター☎581・1800へ。

4月	時間	場所	住所
13日(水)	10:00～10:30	花野路一丁目公園	花野路一丁目13
	10:50～11:40	蟹住公民館	大字蟹住1307
	13:00～13:40	有毛公民館	大字有毛682-1
14日(木)	14:00～14:40	脇田公園	大字安屋
	10:00～10:30	大鳥居公民館	大字大鳥居305
	10:50～11:10	塩屋公民館	塩屋三丁目13-16
14日(木)	11:30～12:00	洞北中学校裏門	大字竹並3087-1
	13:20～14:30	畠田二丁目公園	畠田二丁目6-20

4月	時間	場所	住所
15日(金)	10:00～10:50	青葉台東二丁目公園	青葉台東二丁目9
	11:10～11:40	青葉台南二丁目公園	青葉台南二丁目15
	13:00～13:50	高須北二丁目公園	高須北二丁目6
	14:10～14:50	高須公園	高須東三丁目12
18日(月)	10:00～11:00	二島五丁目北公園	二島五丁目14
	11:20～12:00	東二島三丁目南公園	東二島三丁目5
	13:20～14:00	童子丸二丁目西公園	童子丸二丁目7
	14:20～14:50	今光東公園	今光二丁目14
19日(火)	10:00～10:20	脇の浦バス停付近	大字小竹
	10:40～11:00	小石本村町西公園	小石本村町20
	11:20～11:50	西14区公民館	中畑町16-28
20日(水)	13:10～14:30	小石公民館	下原町7-11
	10:00～10:40	桜町南公園	桜町2
	11:00～11:50	波打町公園	波打町5
	13:00～13:40	西畑町公園	西畑町10
21日(木)	14:00～14:40	新大谷町北公園	新大谷町4
	10:00～10:50	宮丸公園	宮丸二丁目27
	11:10～11:40	古前東公園	古前一丁目13
	13:00～13:50	市民公園	浜町二丁目1