

6/15
2016
平成28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 固=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

400ml 献血にご協力を

6月21日(火)10~12時30分と13時30分~16時、ハローデイ門司港店(錦町)で。対象は体重が50kg以上で18歳(男性は17歳)~69歳(65歳以上は60~64歳の間に献血経験があること)。問門司区役所コミュニティ支援課☎331・1881内線257へ。

アスベスト無料健康相談

健康相談(居住歴・職歴の聴取、検診など)。門司生涯学習センター(栄町)で。対象は平成16年以前に門司区に居住歴があり、アスベストによる健康被害の可能性のある40歳以上(労災などは除く)。申8月31日まで。詳細は総合保健福祉センター管理課☎522・8071へ。

市立門司病院の健康セミナー

テーマは「意外と知らない足の病気」。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。6月23日(木)14~15時、市立門司病院(南本町)で。問同病院地域医療連携室☎381・3588へ。

講座「貯蓄のプロに学ぶマネー計画」

6月23日(木)19~20時30分、大里柳市民センターで。対象は18~50歳。先着25人。申6月17日から同センター☎381・2328へ。

男女共同参画フォーラム

北九州ワーク・ライフ・バランス表彰受賞者の体験発表。6月30日(木)10~12時、錦町市民センターで。対象は18歳以上。問門司区役所コミュニティ支援課☎331・1881内線642へ。

夏の民踊教室

▶門司体育館(高田一丁目)=7月1日(金) ▶東郷市民センター=7月6日(水) ▶松ヶ江北市民センター=7月7日(木) ▶伊川市民サブセンター=7月8日(金)。共通いずれも19~21時。高校生以下は保護者同伴。うちわと上履

履きが必要。問門司区役所コミュニティ支援課☎331・1881内線646へ。

門司体育館のスポーツ教室

▶卓球=7月1日~9月9日のおおむね毎週金曜日9時30分~11時30分。対象は18歳以上。先着25人。参加費5400円 ▶簡単トレーニング&らくらくストレッチ=7月1日~9月9日のおおむね毎週金曜日12時20分~13時20分。対象は18歳以上。先着20人。参加費5400円 ▶ダンス(土曜日の部)=7月2日~9月17日のおおむね毎週土曜日。小学生クラス(17~18時)と中学・高校生クラス(18時15分~19時15分)あり。先着各クラス20人。参加費5400円 ▶健美操=7月4日~9月12日のおおむね毎週月曜日10~11時。対象は18歳以上。先着20人。参加費5400円 ▶しゃんしゃん動こう体操=7月4日~9月12日のおおむね毎週月曜日13時50分~14時50分。対象は18歳以上。先着30人。参加費4860円 ▶リフレッシュヨガ=7月4日~9月12日のおおむね毎週月曜日14時55分~15時55分。対象は18歳以上。先着30人。参加費4860円 ▶シニア健康=7月6日~9月14日のおおむね毎週水曜日14~16時。対象は65歳以上。定員80人。参加費3510円 ▶※親子体操=7月7日~9月15日のおおむね毎週木曜日。0歳3カ月~1歳クラス(9時30分~10時30分)と1~3歳クラス(10時45分~11時45分)あり。保護者の参加が必要。先着各クラス10組。参加費5400円 ▶ダンス(木曜日の部)=7月7日~9月12日のおおむね毎週木曜日。幼児クラス(16時30分~17時。3歳~未就学児)と中学・高校生クラス(18時30分~19時30分)と一般クラス(19時45分~20時45分。18歳以上)あり。先着各クラス20人。参加費5400円(幼児クラスだけ3510円)。共通全10回。門司体育館(※は大里柔剣道場)で。申6月17日から同体育館☎381・6445へ。



新門司卓球教室(初級・中級)

7月5日~9月13日のおおむね毎週火曜日(全10回)10~12時、新門司体育館(吉志新町二丁目)で。対象は18歳以上(学生は除く)。先着30人。参加費5400円。申6月17日から同館☎483・3717へ。



CSワード3級検定講座

7月6日~9月14日の毎週水曜日(全11回)19~21時、新門司地域交流センターで。対象は18歳以上。定員10人。検定料など7800円。申往復はがき(1人だけ)に基本事項を書いて6月28日までに同センター(〒800-0118門司区吉志新町二丁目1-1、☎481・4599)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(7月7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。



社会を明るくする運動

7月は犯罪のない明るい社会を築くことを目的とした「社会を明るくする運動」の強化月間です。

講演会のテーマは「非行防止について」。音楽演奏会もあり。7月16日(土)14~16時、門司生涯学習センター(栄町)で。問門司区役所コミュニティ支援課☎331・1881内線250へ。

無料相談

女性のための相談室 家庭内の悩みに関する相談に応じます。6月22日(水)15~17時、レディスもじ(下馬寄)で。学生は除く。定員2人。申6月17日9~12時、同施設☎371・4649へ。

人権法律相談 司法書士が応じます。7月7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。申7月6日9時から同センター☎481・4599へ。

①の共通 ▶門司区医師会健診会館(小森江三丁目)=7月7日(木) ▶田野浦市民センター=7月13日(水) ▶錦町市民センター=7月20日(水)。いずれも13時30分~15時。問健康相談コーナー☎内線453へ。

②胃がん検診 7月27日(水)9~11時、西門司市民センターで。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)。申6月17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。7月5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。申6月17日から健康相談コーナー☎内線451へ。