

7/15
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

街をきれいにしよう

「門司を美しくする会」の清掃活動
門司港レトロ地区一帯を清掃します。7月24日(日)8時30分、門司港レトロ中央広場に集合。9時30分、同所で解散。
海の玄関口クリーンアップ活動 新門司フェリーターミナル周辺を1時間ほど清掃します。いずれも7月27日(水)。集合場所は阪九フェリーターミナル前(9時30分から)、伊川区民館前(9時30分から)、名門大洋フェリーターミナル前(10時30分から)。
共通 雨天中止。問 門司区役所総務企画課 ☎331・1881 内線261へ。

400ml 献血にご協力を

7月19日(火)10～12時30分、柳御所神社(大里戸ノ上一丁目)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。

お出かけ

大里こだわり緑日 グルメ屋台・体験ゲーム・緑日コーナー・エア遊具・夜の廃工場探検など。7月30日(土)16～21時、門司赤煉瓦プレイス(門司駅北側)で。荒天中止。問 門司赤煉瓦倶楽部 ☎372・0962へ。

門司港サマーミュージックライブ♪
出演はDrunk!、Nanae、フクモトダ

イチ、MaR、A'me。8月6日(土)17～20時、門司港レトロハーバーデッキで。雨天中止。問 門司区役所総務企画課 ☎331・1881 内線261へ。



「山の日」制定記念ふるさとの山に登ろう 風師山(風頭)と矢筈山を登ります。スイカ割りもあり。8月11日(祝)8時45分、門司港駅に集合。15時、小森江駅で解散。対象は小学生以上(中学生以下は保護者同伴)。保険料100円。■はがき(何人でも)に基本事項を書いて8月8日までに日本山岳会北九州支部(〒800-0028門司区下二十町4-1-505、☎391・8193)へ。問 門司区役所総務企画課 ☎331・1881 内線262。

門司少年少女合唱団創立50周年定期演奏会 曲目は組曲「うずしお」など。8月21日(日)15～17時、門司市民会館(老松町)で。入場料(全席自由)500円。問 門司区コミュニティ支援課 ☎331・1881 内線642へ。

講座・教室

健康セミナー テーマは「快適に夏を過ごすコツ～脱水症を予防しよう」。

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。7月28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。

小学生パソコン講座 ワードの基本操作、ワードを使って絵を描くなど。8月3～24日の毎週水曜日(全4回)、新門司地域交流センターで。小学3・4年生の部(9～10時30分)と小学5・6年生の部(10時30分～12時)あり。定員各部10人。資料代1000円。■往復はがき(1人だけ)に基本事項と保護者の氏名と連絡先も書いて7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。

夏休みお仕事体験「しあわせつくる介護の仕事」 職場体験、施設内見学、高齢者との交流など。▶日本赤十字社特別養護老人ホーム「豊寿園」(大字畑)=8月2日(火)▶特別養護老人ホーム「好日苑 大里の郷」(大里戸ノ上四丁目)=8月9日(火)。共通 いずれも10時30分～15時。対象は小学4年～中学生。先着各30人。昼食代500円。■7月19日から門司区社会福祉協議会ボランティア・市民活動センター ☎322・2966へ。

スポーツ

① **門司体育館(高田一丁目)のスポーツ** いずれも8月5日～9月30日の毎週金曜日(全9回)▶簡単すっきりエ

アロ=13時40分～14時40分▶美・姿勢ピラティス=14時50分～15時50分。①の共通対象は18歳以上。定員各30人。参加費4374円(2講座参加は6804円)。■7月17日から。詳細は同館 ☎381・6445へ。

② **なつやすみジュニアスイミング教室** 8月22日(月)～26日(金)の毎日(全5回)、新門司温水プールで。Aコース(9時30分～10時30分)とBコース(10時40分～11時40分)あり。対象は小学生。定員各コース36人。受講料など3930円。■往復はがき(1人だけ)に基本事項と泳力を書いて8月10日までに同プール(〒800-0115門司区新門司三丁目5、☎481・2707)へ。

無料相談

女性のための相談室 7月27日(水)15～17時、レディスもじ(下馬寄)で。学生は除く。定員2人。■7月22日9～12時、同施設 ☎371・4649へ。

人権法律相談 8月4日(木)13時30分～16時30分、新門司地域交流センターで。先着6組。■8月3日9時から同センター ☎481・4599へ。

夏の交通安全運動実施中

7月10日(日)～19日(火)は夏の交通安全運動期間です。飲酒運転撲滅や子どもと高齢者の交通事故防止、自転車の安全利用を推進しています。問 門司区役所総務企画課 ☎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(8月25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▶西門司市民センター=8月3日(水)▶門司区医師会健診会館(小森江三丁目)=8月※21日(日)・25日(木)▶丸山市民センター=8月24日(水)。いずれも13時30分～15時(※

は9～10時30分)。問 健康相談コーナー ☎内線453へ。

② **胃がん検診** 8月18日(木)・21日(日)の9～11時(21日は10時30分)、門司区医師会健診会館で。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)。■7月19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。8月2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。■7月19日から健康相談コーナー ☎内線451へ。

④ **マタニティスクール(全2回)**

▶赤ちゃんのお世話の仕方など=8月17日(水)▶妊娠中の食事の話、試食など=8月24日(水)。④の共通 いずれも13時40分～15時30分(受け付けは13時30分から)。対象は妊婦。母子健康手帳が必要。問 健康相談コーナー ☎内線454へ。